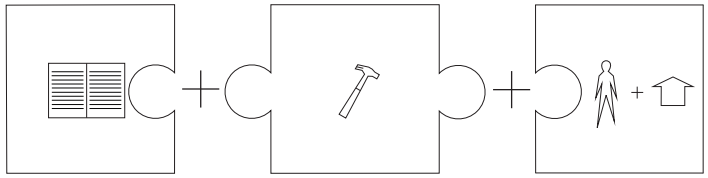
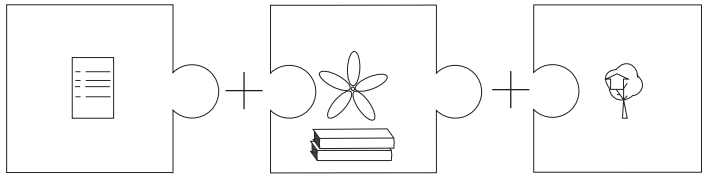
Arbetsterapeut



Aktivitetsperspektiv Aktivitetsmodell Aktivitetsområde

Design

Arkitekt



Program Förhållningssätt Illustration

Designprocess från ett aktivitetsperspektiv

-en bredare syn på tillgänglighet

Examensarbete inom Arkitekturprogrammet
Institutionen för Arkitektur
CHALMERS TEKNISKA HÖGSKOLA

Jenny Askåsen, Göteborg, 2012

Förord

Arbetet är utfört som en Master Thesis inom ramen för arkitekturprogrammet på Chalmers tekniska högskola. Tankarna till grund för detta arbete väcktes när jag som arbetsterapeut vid ombyggnationen av Södra Älvsborgs Sjukhus Borås kom i kontakt med ansvariga arkitekter. Det var slående hur stark den gemensamma nämnaren, miljöns betydelse för det mänskliga livet, var för arkitektprofessionen och arbetsterapeutprofessionen. Detta var utgångspunkten för min vidareutbildning till arkitekt. Under arkitektutbildningen har jag hela tiden kommit tillbaka till kopplingen mellan de två professionerna.
Inledningsvis handlade detta arbete främst om att visa hur den arbetsterapeutiska kunskapen kan transformeras till arkitektur. Under arbetets gång har fokus stundtals skiftat till att handla om utvecklingen från arbetsterapeut till arkitekt, för att slutligen fokusera på att förena de två professionerna. Jag är både arbetsterapeut och arkitekt. Istället för att försöka vara det ena eller det andra tänker jag fortsättningsvis i mitt yrkesverksamma liv istället försöka framhäva och dra nytta av min dubbla kompetens och erfarenhet.

Jag vill tacka min huvudhandledare och examinator Peter Fröst för att han tålmodigt och engagerat stöttat mig under min stundtals brokiga process. Jag vill tacka Pernilla Nordén på Sweco Architects som stöttat mig genom att ställa frågor och ge konstruktiva förslag. Jag vill tacka Magnus Carlstrand och Patrik Signert från Liljewall Arkitekter för att ha visat engagemang och stöttning under hela mitt arbete. Jag vill tacka Lillemor Husberg från Husberg Arkitektkontor för att ha inspirerat och uppmuntrat mig i mitt arbete. Jag vill tacka Stefan Lundin från White för ett givande samtal om evidensbaseringens betydelse för arkitekturen. Jag vill tacka Anna Brorson och Marie Bernhardsson från Tre Stiftelser för att ha visat mig Tre Stiftelsers verksamhet. Jag vill tacka personal och boende på Vigs Ängar för att de tog hand om mig och gjorde min vistelse på Vigs Ängar till en värdefull källa till kunskap och en minnesvärd upplevelse. Jag vill tacka mina medstudenter Anna Wrener och Saga Karlsson för de konstruktiva och stöttande samtalen. Jag vill tacka hela min stora underbara familj som ställt upp och stöttat upp i det dagliga livet vilket gjort det möjligt för mig att genomföra detta arbete.

Sammanfattning

Designprocess från ett aktivitetsperspektiv

-en bredare syn på tillgänglighet

Examensarbete inom Arkitekturprogrammet
Institutionen för Arkitektur
CHALMERS TEKNISKA HÖGSKOLA

Jenny Askåsen

Arbetet har utförts som en teoretisk studie. Det riktar sig främst till arkitekter och arbetsterapeuter. Ett syfte är att skapa förståelse för och beskriva hur den gemensamma plattformen för dessa professioner ser ut. Arbetets huvudsakliga syfte är att beskriva hur aktivitetsperspektivet kan tillämpas i designprocessen för att skapa aktivitetsfrämjande miljöer. Model of Human Occupation (MOHO) är en arbetsterapeutisk referensram som använts för att beskriva grunden för mänskligt aktivitetsutförande. Definitionen av mänskligt aktivitetsutförande utifrån MOHO är: alla kulturellt meningsfulla aktiviteter inom områdena daglig livsföring, arbete och fritid i kontext av ens fysiska och sociala värld (Kielhofner, 2008).

Arbetet är utfört genom att inledningsvis beskriva arkitektens och arbetsterapeutens gemensamma plattform, aktivitetsbegreppet och MOHO. I rapportens huvudel föreslås ett verktyg utvecklat utifrån MOHO. Senioren och seniorboendet används för att illustrera verktyget. Verktyget har även illustrerats genom analys och jämförelse mellan utvalda referensmiljöer i form av äldreboenden.

Resultatet av arbetet i form av det föreslagna verktyget kan användas i designprocessen i syfte att utforma aktivitetsfrämjande miljöer. Verktyget ger stöd i att formulera fyra steg i designprocessen: aktivitetsprogram, aktivitetssamband, tillgänglighetsregler och övergripande förhållningssätt. Verktyget kan också användas för att analysera hur pass aktivitetsfrämjande befintliga miljöer är. Föreslaget verktyg bör ses som en utgångspunkt och kan med fördel vidareutvecklas genom fortsatt praktisk tillämpning och teoretisk förankring.

Summary

Design Process from an Activity Perspective

-a broader view of accessibility

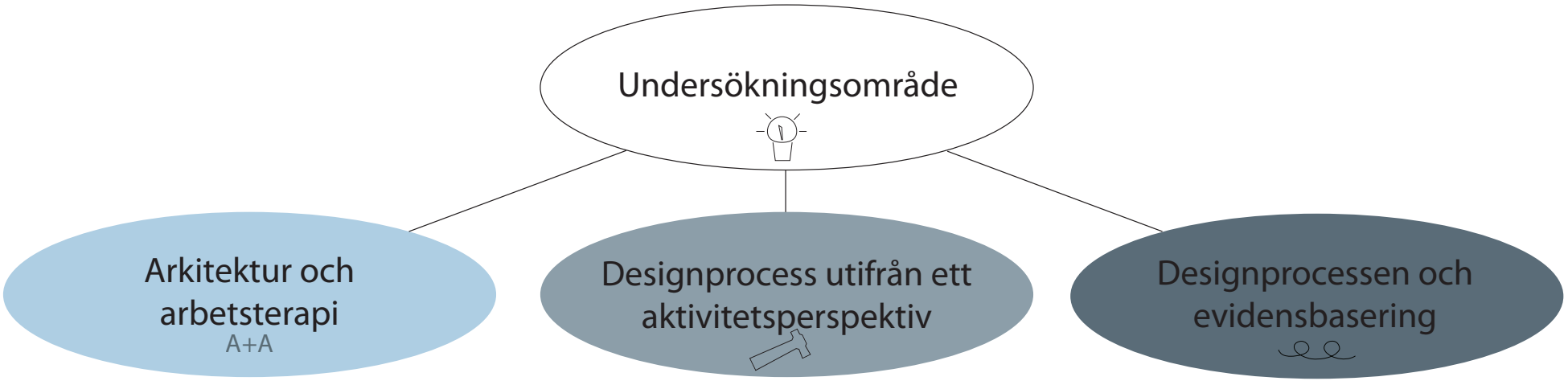
Degree in Architecture program,
Department of Architecture
CHALMERS UNIVERSITY OF TECHNOLOGY

Jenny Askåsen

The conducted thesis provides a theoretical study mainly aimed at Architects and Occupational Therapists with the intention to create a common understanding and describe the interface between this two professions.The main purpose is to describe how the Activity Perspective can be leveraged in a design process to create environments where activity can be promoted. Model of Human Occupation (MOHO) is an occupational therapeutic frame of reference used to describe the foundation of human occupation. The definition of human activity in this thesis is a culturally meaningful work, play or daily living task in the steam of time and in the context of one´s physical and social world (Kielhofner, 2008).

The study is carried out by initially describing the Architects and the Occupational Therapists common interface and platform, the Activity Perspective and MOHO - followed by providing a tool developed based on MOHO. To illustrate the tool, the senior and senior housing will be studied and exemplified. The tool also has been used to analyze and compare a select number of reference environments that could all be titled elderly housing.

The result of this thesis in the form of a suggested tool that can be leveraged in the design process to support and create activity promoting environments. The tool supports four steps in the design process; program of activities, activity relationships, accessibility rules and regulations and overall perspective. The tool can also be used to analyze how well an existing environment promotes activity. Suggested tool should be seen as a starting point and can further evolve from practical application and deepened theoretical anchoring.



Orienteringsfigur över arbetets undersökningsområde indelat i tre delar till grund för bakgrund, huvuddel och resultat.

Innehållsförteckning

Förord
Sammanfattning
Summary
Innehållsförteckning

Inledning
- Bakgrund -arkitektur och arbetsterapi
  - Gemensam Plattform 8-9
  - Arbetsterapins historia i korthet 10-11
  - Arbetsterapins intåg i Sverige 12-13
  - Gemensamma historiska strömningar 14-15
- Syfte 16
- Frågeställningar 16
- Avgränsningar 17
- Tillvägagångssätt 17

Designprocess utifrån ett aktivitetsperspektiv
- Aktivitetsperspektivet 18-19
- Aktivitetsmodellen 20-21
- Utvecklat verktyg 22-23

- Verktygets fyra delar 24
  - Beskrivning av senioren och seniorboendet 25
  - Analys av senioren och seniorboendet, verktyg 26-31

- Formulering av verktygets fyra delar i designprocessen
  - Verktyg del 1, Aktivitetsprogram 32-33
  - Verktyg del 2, Aktivitetssamband 34-35
  - Verktyg del 3, Tillgänglighet 36-37
  - Verktyg del 4, Förhållningssätt 38-39

Tillämpning, referensmiljöer 40-41
- Tre Stiftelser 42-65
- Analys Tre Stiftelser 66-69
- Vigs Ängar 70-81
- Inzoomad illustration 82-89
- Analys Vigs Ängar 90-93
- Jämförande analys 94-95

Resultat 96-97
Diskussion 98-101
Slutsat 102-103
Referenslista 104-105

Inledning

Bakgrund -arkitektur och arbetsterapi

Gemensam Plattform

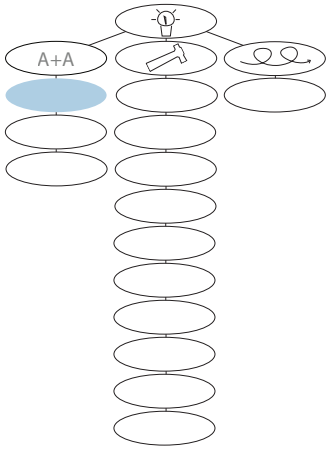
Arkitektur utgör en plattform för det dagliga livet och arbetsterapi syftar till att främja aktivitetsutförandet i det dagliga livet.

De medel arbetsterapeuten använder sig av för att stödja aktivitetsutförandet är individen själv och dennes resurser, hitta nya sätt att utföra aktiviteten på, tillhandahålla olika hjälpmedel, eller förändra och anpassa miljön. (Förbundet Sveriges Arbetsterapeuter, 2012)

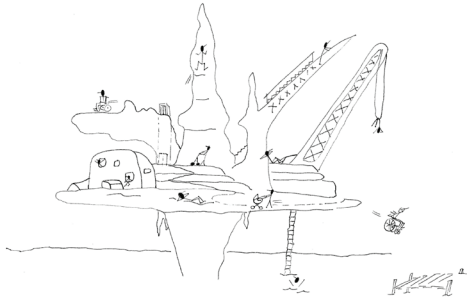
Miljön lever inte alltid upp till den grad av tillgänglighet som vore önskvärt. Om den utformas på ett genomtänkt och medvetet sätt behöver en funktionsnedsättning inte nödvändigtvis leda till en aktivitetsnedsättning i det dagliga livet.

Hur den fysiskt byggda miljön är utformad är en konsekvens av aktiva val som gjorts av arkitekter och andra medaktörer inom byggbranschen.

Istället för att som arbetsterapeuten behöva utgå från miljöns inbyggda hinder har arkitekt möjlighet att påverka designprocessen och därmed den slutgiltliga designen utifrån ett aktivitetsperspektiv från början.



Gemensam plattform



- Arkitektur -en plattform för det dagliga livet.
- Arbetsterapi -aktivitetsutförandet i det dagliga livet.

Arbetsterapins historia i korthet

(Center on Human Development and Disability, 2009)

Arbetsterapin uppstod i USA 1910. De första praktiserande arbetsterapeuterna kallades rekonstruktiva medhjälpare och arbetade under första världskriget för att rehabilitera funktionshindrade soldater och civila patienter. Syftet var att tillgodose andra behov hos dessa soldater än de rent medicinska behoven. Genom att ha något nyttigt att göra skulle det bli lättare att återfå syfte och mening i sitt liv.

På 1920-talet utvecklades arbetsterapi från att hjälpa människor med fysiska funktionsnedsättningar till att även hjälpa människor med psykiska funktionsnedsättningar.

Under 1930-talet började arbetsterapin bli mer strukturerad och inrättade sig som en av de medicinska diciplinerna vilket var början till ett mer vetenskapligt förhållningssätt.

1942-1960 var en tidsperiod under vilken rehabiliteringsrörelsen hade stor genomslagskraft. Arbetsterapeuter ansvarade för att organisera och driva rehabiliteringsprogram för skadade krigsveteraner. Medicinska framsteg förlängde och rädda livet på människor som tidigare hade avlidit vilket ytterligare förstärkte behovet av rehabiliteringsinsatser.

Mellan 1960 och 1970 gick hela läkarkåren mot ökad specialisering och arbetsterapin följde efter. Insatser för personer med mentala och kognitiva funktionshinder ökade kraftigt under denna tidsperiod.

Under åren mellan1980 och 1990 blev arbetsterapin mer involverad i att bedriva utbildning och sprida kunskap i förebyggande och hälsofrämjande syfte. Livskvalité blev alltmer accepterat som ett mål för arbetsterapins insatser.

I maj 2002 antog den amerikanska "Occupational Therapy Association" en reviderad referensram som grund för yrket. Detta gjordes för att ge arbetsterapeuter ett rikare språk och bättre metoder för att förklara vad de gör som är unikt i jämförelse med andra hälsodiscipliner. Arbetsterapi återvände till rötterna, där deltagande i aktivitet står i fokus, med syfte att främja välbefinnande och livskvalité. Arbetsterapins Svenska historia. (Arbetsterapeuten publicerar sig)

Arbetsterapins intåg i Sverige
(Arbetsterapeuten publicerar sig)

Diskussioner på sjukhusen under 20- och 30- talet är grunden till arbetsterapins inträde i den svenska sjukvården. Diskussionerna handlade om hur sjukhusmiljön och sjukvårdens utformning påverkade patienternas allmänna välbefinnande och tillfrisknande. Arbetsmetoderna och miljön gav för stort utrymme för sysslolöshet hos patienterna vilket ledde till passivitet vilket i sin tur hade negativ inverkan på tillfrisknandet.

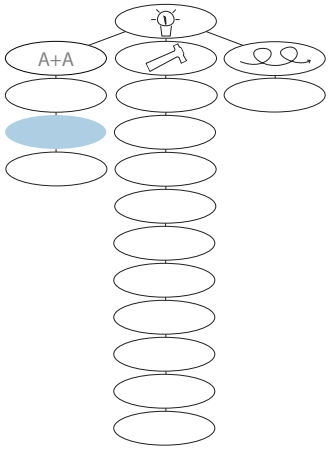
De svenska läkarna påverkades i stor utsträckning av den tyske läkaren Herman Simon. Han menade att genom att kanalisera patienternas inneboende handlingskraft och låta dem omges av ett för olika lägen anpassat ”terapeutiskt klimat” finns mycket att vinna för patientens tillfrisknande och välbefinnande.

Arbetsterapin i Sverige fick först genomslagskraft inom psykiatrin i slutet på 20-talet. På 40-talet spred den sig till den somatiska vården, främst på grund av stora rehabiliteringbehov hos finska krigsinvalider. 1944 etablerades den första arbetsterapeututbildningen i Sverige. Det blev en allt mer utbredd uppfattning inom läkarkåren att meningsfull aktivitet var av stor betydelse för patientens tillfrisknande och välbefinnande.
På 50-talet gjorde rehabiliteringsklinikerna intåg i den svenska sjukvården. Den första rehabiliteringskliniken startades 1954 i Borås. Arbetsterapi formulerades då som hjälp till självhjälp.

En längre mer kvalificerad utbildning, med fokus på att legitimera yrket och att i högre grad än tidigare få arbetsterapeuterna att tillhöra den medicinska personalen, infördes på 60-tal.

På 70-talet strukturerades behandlingsplaner med syfte och mål.

80-talet var förvandlingens tidevarv för det svenska arbetsterapeutyrket. Då formulerades för arbetsterapin viktiga filosofiska antaganden som ligger till grund för yrket än idag: arbetsterapin bygger på grundsynen att människan frisk eller sjuk är en aktiv varelse, hel och odelbar med egna resurser. Detta innebär att individen själv måste vara aktiv och med egna resurser arbeta för en förbättrad hälsa, för att ett varaktigt resultat ska uppstå. Arbetsterapin syftar till att främja välbefinnande och livskvalité genom att stödja människor i att skapa balans mellan olika aktivitetsområden i det dagliga livet, mellan arbete och fritid och mellan vila och aktivitet.



Arbetsterapins intåg i Sverige

- Brister i miljön och sjukvårdens utformning hämmade tillfrisknandet.
- Behov av andra insatser än rent medicinska för att främja aktivitetsförmåga.

-Det går att dra paralleler mellan syftet till arbetsterapins intåg i Sverige och syftet med evidensbaserad design *inom vården.*

Gemensamma historiska strömningar

Efter att redan etablerat sig i andra sydligare europeiska länder fick funktionalismen stark genomslagskraft inom den svenska arkitekturen på 1930-talet. Största genomslaget kom i och med Stockholms-utställningen 1930. En viktiga förgrundsfigur för den svenska funktionalismen var Gunnar Asplund (1885-1940).
Funktionalismen hade störst genomslagskraft för hemmets arkitektur. Grunden för funktionalismen var att arkitektur skulle formas utifrån sin funktion. (Faber, volume 1, 2nd edition)

I syfte att höja standarden på det svenska bostadsbeståndet och som ett led i att rationalisera boendemiljön utfördes på 30-talet en rad funktionsstudier i boendemiljön. Laboratorieliknande kök sattes upp för att studera husmödrar i arbete.
(Statens institut för konsumentfrågor, 1969)

Exempel på frågeställningar som studerades var:

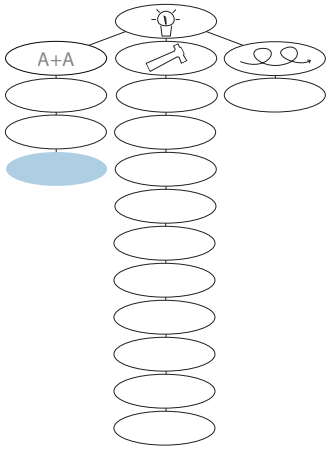
- Vilka arbetsplatser behövs för olika köksarbeten?
- Vilka arbetsmoment utfördes vid respektive arbetsplats?
- Hur stor arbetsyta behövs vid respektive arbetsplats?
- Hur inverkar olika bakmetoder på behovet av arbetsytor?

Syftet var att fastställa nya standardiseringsnormer för utformningen av bostadens olika rum. Som studieobjekt användes friska svenska husmödrar med dåtidens standardlängd för en svensk kvinna på 1,64m.

Samtidigt gick den svenska arbetsterapeutkåren mot ett mer naturvetenskapligt medicinskt förhållningssätt till människan och människokroppen. Det tidigare mer holistiska perspektivet övergick till att fokusera på de mänskliga funktionerna, till grund för aktivitetsutförande, separat. (Arbetsterapeuten publicerar sig)

Efter andra världskrigets slut när rehabiliteringsrörelsen fick starkare fäste i Sverige och behovet av rehabilitering av krigsveteraner var stort höjdes röster för att bostäder anpassade för personer med olika former av funktionshinder behövde byggas. Liknande funktionsstudier som utfördes på 30-talet utfördes nu i träningslägenheter med personer med funktionsnedsättningar som studieobjekt.
(Arbetsterapeuten Nr3, 1955, Nr 4 1959)

Nya detaljplaner för lägenheter för "käppinvalider och rullstolsbundna" togs fram med särskilt fokus på utformning av kök, badrum och sovrum. Även behovet av en tillgänglig utemiljö lyftes fram. Ett statligt bidrag infördes för byggandet av dessa lägenheter.
(Arbetsterapeuten Nr9 1962)



Gemensamma strömningar

Funktionalismen

Arkitektur

Form utifrån funktion

Arbetsterapi

Kroppen utifrån funktioner

-Arkitekternas kollektiva minne av funktionalismens fokusering på form utifrån funktion kan vara en av orsakerna till det missnöje, jag upplever finns idag, gällande regelverk och riktlinjer för tillgänglighet i den byggda miljön. Reglerna kan lätt tolkas som krav ställda enbart för att stödja utförandet av fysiska funktioner.

Syfte

Ett problemområde inom arbetsterapi är svårigheten att på ett tydligt sätt förmedla grunderna i arbetsterapi för att få möjlighet att tillhandahålla insatser på rätt nivå.

Även om arkitektprofessionen och arbetsterapeutprofessionen har stora beröringspunkter och till stor del arbetar utifrån samma plattform så är yrkesspråken och de verktyg som används fundamentalt olika.

Med denna utgångspunkt syftar detta Master arbete genom en teoretisk studie till att:

- Skapa förståelse för och beskriva hur den gemensamma plattformen för arbetsterapeuter och arkitekter ser ut.
- Beskriva hur aktivitetsperspektivet kan användas som stöd i designprocessen för att skapa aktivitetsfrämjande miljöer.
- Beskriva hur aktivitetsperspektivet på ett praktiskt sätt kan tillämpas för att bedömma hur aktivitetsfrämjande befintliga miljöer är.

Frågeställningar

- Kan ett verktyg utifrån ett aktivitetsperspektiv användas som en del i designprocessen?
- Kan ett verktyg utifrån aktivitetsperspektivet utgöra en gemensam utgångspunkt för arkitekter och arbetsterapeuter?
- Kan ett verktyg utifrån ett aktivitetsperspektiv användas för att bedömma hur aktivitetsfrämjande befintliga miljöer är?

Avgränsningar

- Endast vad aktivitetsperspektivet kan bidra med i designprocessen presenteras.
- Senioren och seniorboendet är utgångspunkten för att illustrera aktivitetsperspektivet i olika steg i designprocessen.
- Illustrationer av den fysiska miljön syftar till att visa exempel på aktivitetsfrämjande kvaliteér som aktivitetsperspektivet kan bidra med i olika steg av designprocessen.
- Äldreboenden illustrerar hur aktivitetsperspektivet kan användas för att analysera hur aktivitetsfrämjande befintliga miljöer är.

Tillvägagångssätt

- Jag beskriver sambanden mellan arkitektur och arbetsterapi.
- Jag fördjupar mig i aktivtetsperspektivet och presenterar en aktivitetsmodell.
- Jag föreslår och beskriver ett utvecklat verktyg för designprocessen utifrån aktivitetsmodellen.
- Jag presenterar aktivitetsområdet, senioren och seniorboendet, som underlag för att illustrera verktyget i designprocessen.
- Jag illustrerar de olika stegen i verktyget.
- Jag beskriver referensmiljöer utifrån fakta och personlig upplevelse samt visar hur verktyget kan användas för att analysera hur aktivitetsfrämjande befintliga miljöer är.
- Jag bedömmer hur väl syftet uppnåtts och frågeställningarna besvarats genom att bedömma om verktyget kan ses som en del av designproessen, som ett gränsobjekt och som evidensbaserad design.

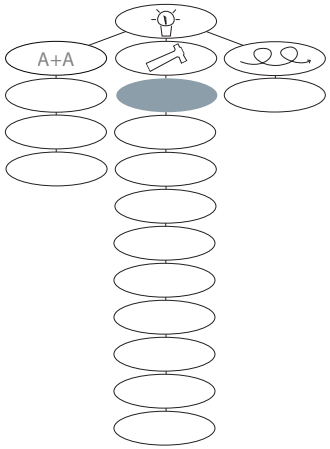
Designprocess utifrån ett aktivitetsperspektiv

Aktivitetsperspektivet

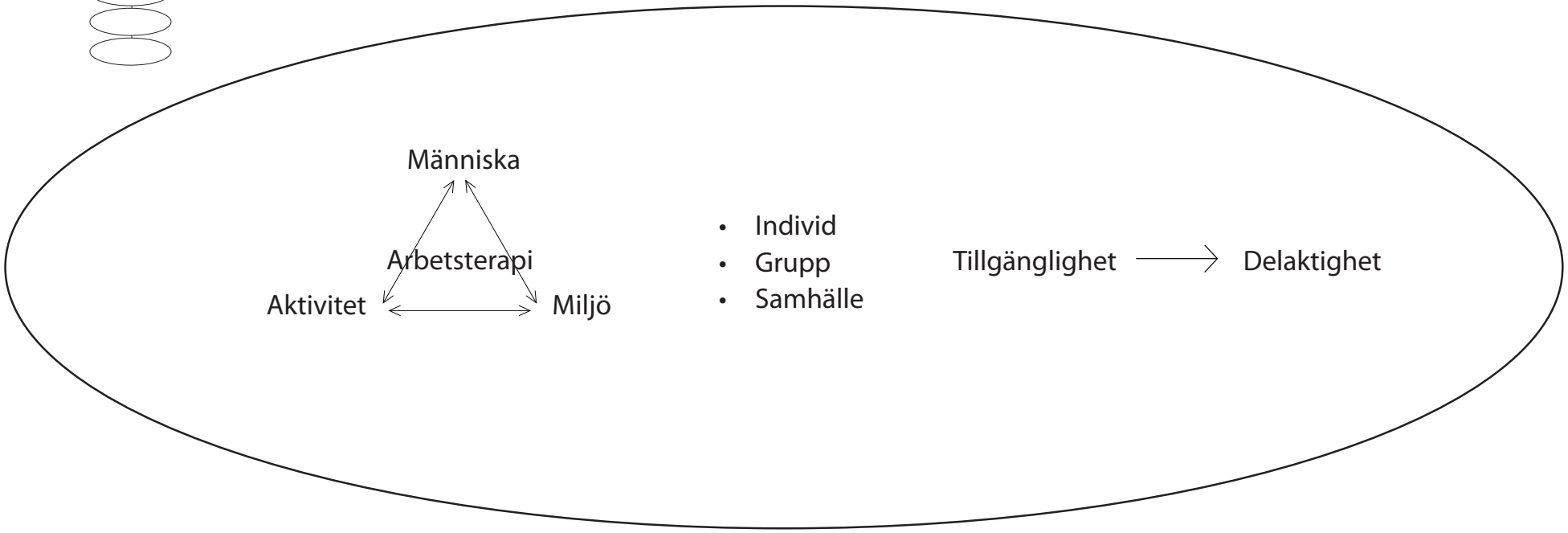
Syftet med ett aktivitetsperspektiv i designprocessen är att på ett strukturerat sätt stödja arkitekten att utforma arkitekturen på ett sätt som främjar utförandet av det dagliga livets aktiviteter.

Definition av männskligt aktivitetsutförande:

Alla kulturellt meningsfulla aktiviteter inom områdena daglig livsföring, arbete och fritid i kontexten av ens fysiska och sociala värld.
(Kielhofner, 2008)



Område för aktivitetsfrämjande insatser



(Förbundet Sveriges Arbetsterapeuter, 2012).

Aktivitetsmodellen

Den aktivitetsmodell som arbetet utgår ifrån är
Model of Human Occupation, MOHO
(Kielhofner, 2008)

MOHO har valts som utgångspunkt för aktivitetsperspektivet för att modellen beskriver mänskligt aktivitetsutförande på ett sätt som är användbart för att ge stöd i designprocessen. Verktyget som tagits fram i detta arbete utgår i från MOHO och som utgångspunkt för att förstå verktyget presenteras grunderna i MOHO.

Människan i samspel med miljön utgör grunden för aktivietsutförande.

Människan beskrivs utifrån dennes vilja, vanor och utförande kapacitet.

Människans vilja att utföra en aktivitet är beroende av:

- Hur kapabel hon känner sig, och hur kapabel hon upplever att andra anser att hon är att utföra aktiviteten.
- Hur hon värderar betydelsen av aktiviteten och hur hon upplever att andra värderar betydelsen av aktiviteten.
- Hur mycket tillfredsställelse och glädje det ger henne att utföra aktiviteten.

Det som stimulerar människan att utveckla vanor är:

- Fysiska strukturer som hon regelbundet omger sig av i det dagliga livet.
- Tidsrelaterade mönster som regelbundet upprepar sig i det dagliga livet
- Sociala strukturer i hennes dagliga liv.

Det som påverkar människans utförandekapacitet är:

- Kroppen, hjärnan och sinnenas förutsättningar i samspel med hennes egen upplevelse utifrån hennes vilja och vanor.

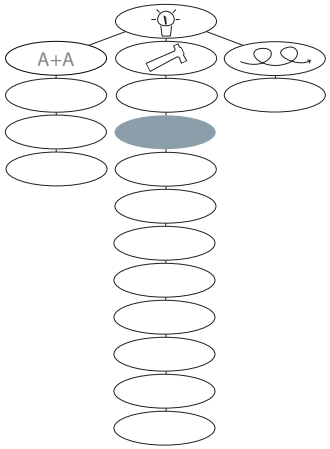
Miljön delas in i sociokulturell miljö och fysisk miljö.

Den sociokulturella miljön består utav :

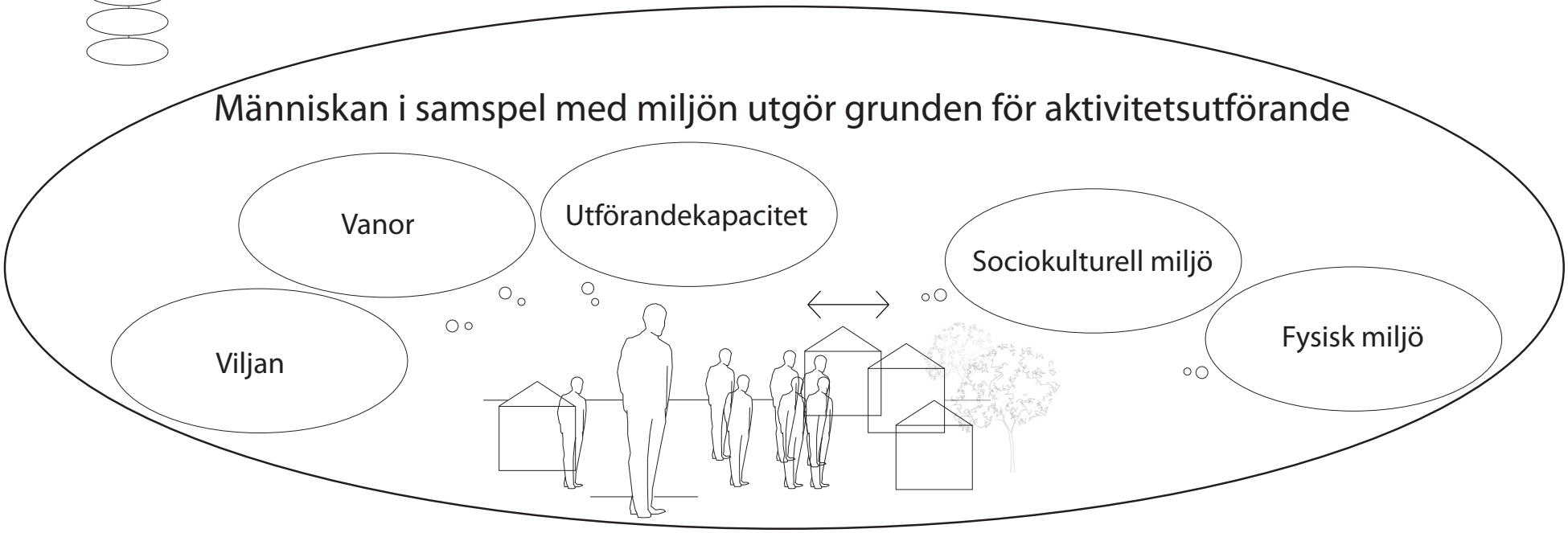
- Människans kulturella, ekonomiska och politiska plattform samt sociala grupper som ingår i hennes liv.

Den fysiska miljön består utav:

- Fysiska strukturer och objekt skapade av människan eller naturen.



Model of Human Occupation, MOHO



Utvecklat verktyg -Designprocess ifrån ett aktivitetsperspektiv

Utifrån aktivitetsperspektivet baserat på MOHO föreslås här ett verktyg som stöd i designprocessen. Verktyget syftar till att stödja arkitekten i att skapa aktivitetsfrämjande miljöer. Verktyget kan användas som stöd i olika skeden av designprocessen.

Verktyget är indelat i fyra delar:

1. Formulering av aktivitetsprogram utifrån vilka kriterier för en aktivitet som främjar målgruppens vilja att delta i aktivitet.
2. Formulering av aktivitetssamband utifrån vad som främjar målgruppens vanor att delta i aktivitet.
3. Formulering av riktlinjer för tillgänglighet utifrån vad som främjar målgruppens utförandekapacitet.
4. Formulering av förhållningssätt utifrån målgruppens sociokulturella miljö.

Beskrivning av hur verktyget tillämpas:

- I varje del av verktyget inhämtas först relevant information om målgruppen för den delen.
- Med informationen som stöd formuleras sedan ett steg i designprocessen.
- Det slutliga designförslaget bedöms sedan utifrån hur väl den lever upp till de olika kriterier ställda utifrån verktygets olika delar.
- Utifrån resultatet av analysen justeras de olika stegen av designprocessen tills det slutliga designförslaget på ett optimalt sätt stödjer alla kriterierna uppsatta utifrån verktygets olika delar.

Verktygets delar sammantaget tillhandahåller en helhetsbild

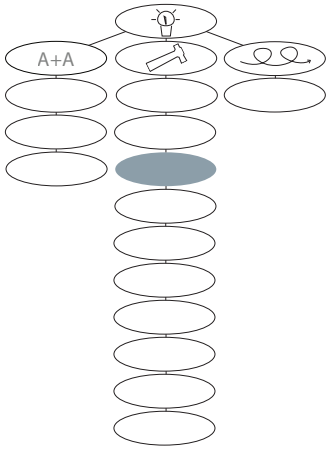
Alla delar till grund för männskligt aktivitetsutförande måste samspela på ett optimalt sätt för att tillsammans främja aktivitetsutförandet. De fyra delarna i verktyget syftar tillsammans till att ge en helhetsbild av vad som påverkar aktivitetsutförandet för en specifik målgrupp i en specifik miljö.

Det krävs att arkitekten har en helhetssyn för att kunna ha en dialog med organisation och verksamhet, och tillsammans utveckla en optimal organisation och verksamhet som stödjs utav arkitekturen.

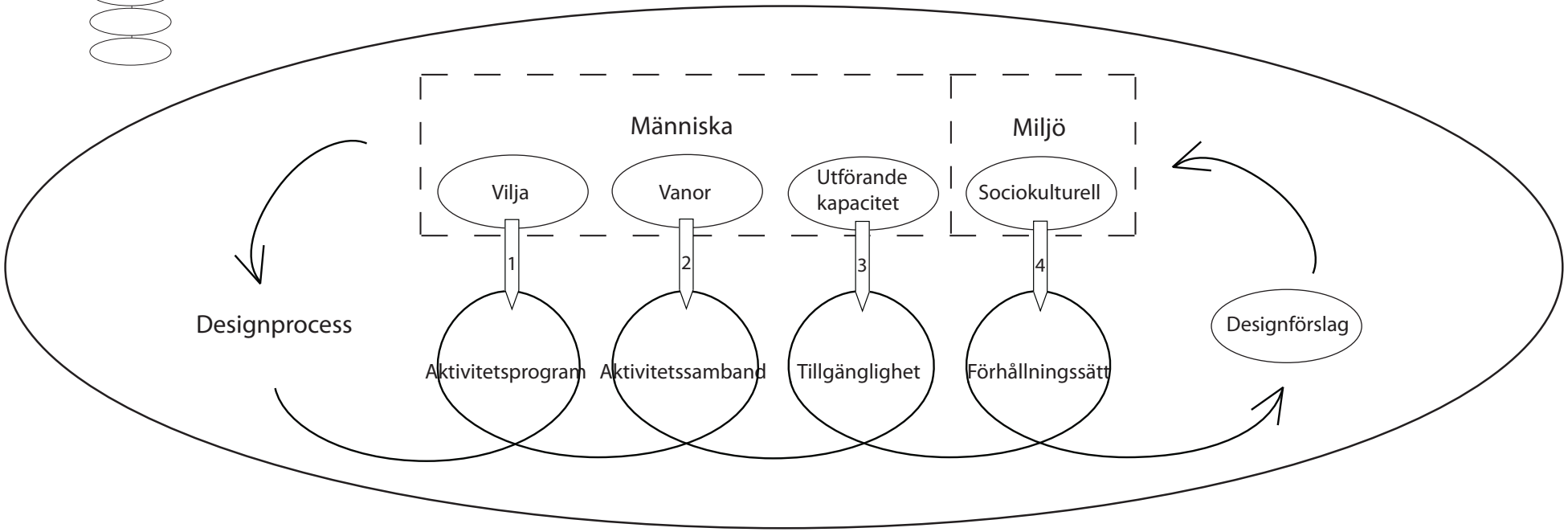
Utvecklat verktyg utifrån aktivitetsperspektivet tillhandahåller strukturen för att samla in information kring alla dessa områden.

Vissa steg i verktyget hjälper arkitekten att samla in information som utgör underlag för utformningen av den fysiska miljön.

Andra steg hjälper arkitekten att samla in information som skapar insikter och stödjer ett aktivitetsfrämjande förhållningssätt utifrån ett helhetsperspektiv.



Designprocess utifrån aktivitetsperspektiv
-utvecklat verktyg i fyra delar



Vilja, vanor, utförandekapacitet och sociokulturell miljö utifrån aktivitetsmodellen MOHO stödjer formulering av aktivitetsprogram, aktivitetssamband, tillgänglighet och förhållningssätt i designprocessen i syfte att utforma aktivitetsfrämjande miljöer.

Verktygets fyra delar

Följande stycken presenteras för att exemplifiera verktyget:

- Övergripande beskrivning av senioren och seniorboendet (exemplifierande målgrupp).
- Analys av senioren och seniorboendet utifrån verktyg.
- Formuering av de fyra stegen i designprocessen.

Grund till att senioren och seniorboendet valts för att illustrera verktyget:

Aktivitetsperspektivet är användbart vid utformningen av alla miljöer avsedda att stödja någon form av mänskligt liv. Valet av att fokusera på senioren och seniorboendet som aktivitetsområde som illustrerande exempel beror på att det är en tillräckligt homogen grupp och tillräckligt väldefinierat område för att vara meningsfullt att beskrivas på gruppnivå. Men det är också en tillräckligt mångfacetterad grupp och designområde för att kunna illustrera hur utformningen kan stödja aktivitetsutförandet för människor med olika behov och förutsättningar.

Beskrivning av senioren och seniorboendet

I ett delbetänkande från Äldreboendedelegationen från 2007 definieras seniorbostaden som ett boende för människor som är 55+. Det krävs ingen behovsbedömning för att ha rätt att ansöka om en seniorbostad utan det enda kravet är ålderskravet. Där föreslås också att en seniorbostad ska tillhandahålla grundläggande trygghet och lokaler som möjliggör att vid behov få hjälp utav hemtjänst eller hemsjukvård. Boendet ska uppnå kraven för god fysisk tillgänglighet samt föredragsvis tillhandahålla gemensamhetslokaler för olika former av aktivitetsutförande. (Statens offentliga utredningar, 2007)

Arkitekten Kerstin Kärnekull som har inriktat sig på bostäder för seniorer, beskriver två huvudsakliga inriktningar i vilka kvaliteér senioren är ute efter i sin bostad. Den ena gruppen uttrycker behovet av grundläggande trygghet och gemenskap som de viktigaste kvalitéerna. Medan den andra gruppen uttrycker behovet av att nya upplevelser och ett rikt aktivitetsutbud. (Kärnekull, 2011)

Gruppen senioren i Sverige av idag definieras som människor som uppnått åldern 65+. Vilket innefattar den tredje och den fjärde tidsåldern. Det tredje tidsåldern är en relativt homogen grupp med liknande erfarenheter och intressen som trivs i varandras sällskap, de beskrivs som homosociala. De lever ett fysiskt och socialt aktivt liv och har en relativt stabil social och ekonomisk plattform att stå på. De deltar aktivt i samhällslivet och utgör en viktig grupp för att leda och utveckla vårt samhälle. I den fjärde tidsåldern har senioren mer levda kroppar och sinnen vilket kräver att särskild hänsyn tas vid programmering och utformningen av seniorbostaden. (Kärnekull, 2011)

Seniorens värdestruktur utifrån kulturell bakgrund spelar en stor roll för vad hon vill att livet ska innehålla och på vilket sätt hon vill leva sitt liv. Gruppen seniorer i Sverige av idag består till stor del av individualister med ett stort behov av självbestämmande och maktoberoende. (Kärnekull, 2011)

En viktig önskad kvalité för seniorbostaden är närheten till grönskan och en fin utemiljö. (Kärnekull, 2011)

Många senioren har inga funktionsnedsättningar i kropp hjärna eller sinnen men miljön ska stödja hela spannet av aktivitetsförmågor. Utforma därför grunden för seniorboendet utifrån följande förutsättningar men välj delar i programmet som utmanar och överraskar sinnena, de mentala och fysiska förmågorna. (Kärnekull, 2011)

Analys av senioren och seniorboendet utifrån verktyg

Seniorens vilja, vanor och uförandekapacitet beskrivs teoretiskt utifrån senioren som grupp. Bedömningen är att det utgör ett lämpligt underlag för de konkreta steg i designprocessen som de syftar till att stödja: aktivitetsprogram, aktivitetssamband och tillgänglighet.

Seniorens sociokulturella miljö beskrivs utifrån en seniors självreflekterande bibliografi utifrån bedömningen att det utgör ett lämpligt underlag för formulering av ett förhållningssätt som är det steg i designprocessen det syftar till att stödja.

Viljan

Känslan av att vara kapabel är av central betydelse för viljan att utföra en aktivitet. (Kielhofner, 2008)

En stor tillgång som senioren har är livserfarenhet, praktiska och teoretiska kunskap som tillägnats under livet. Senioren upplever sig därmed kapabel när det gäller aktiviteter, situationer och områden som bygger på denna tidigare inlärda kunskap och livserfarenhet. (Kärnekull, 2011)

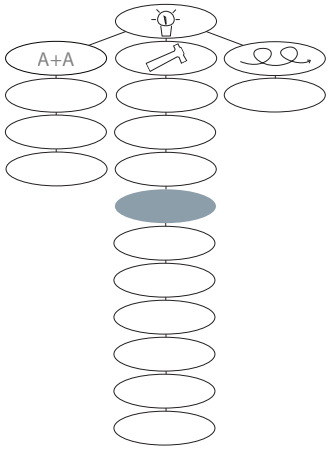
Ett relativt långt liv kan medföra funktionsnedsättningar i kropp, hjärna och sinnen vilket gör att senioren kan ha svårare än yngre människor för inlärning av ny information och nya aktiviteter. (Kärnekull, 2011)

Att de aktiviteter vi utför är av värde för oss själva och andra i vår omgivning är också av stor betydelse för vår vilja att utföra en aktivitet. (Kielhofner, 2008)

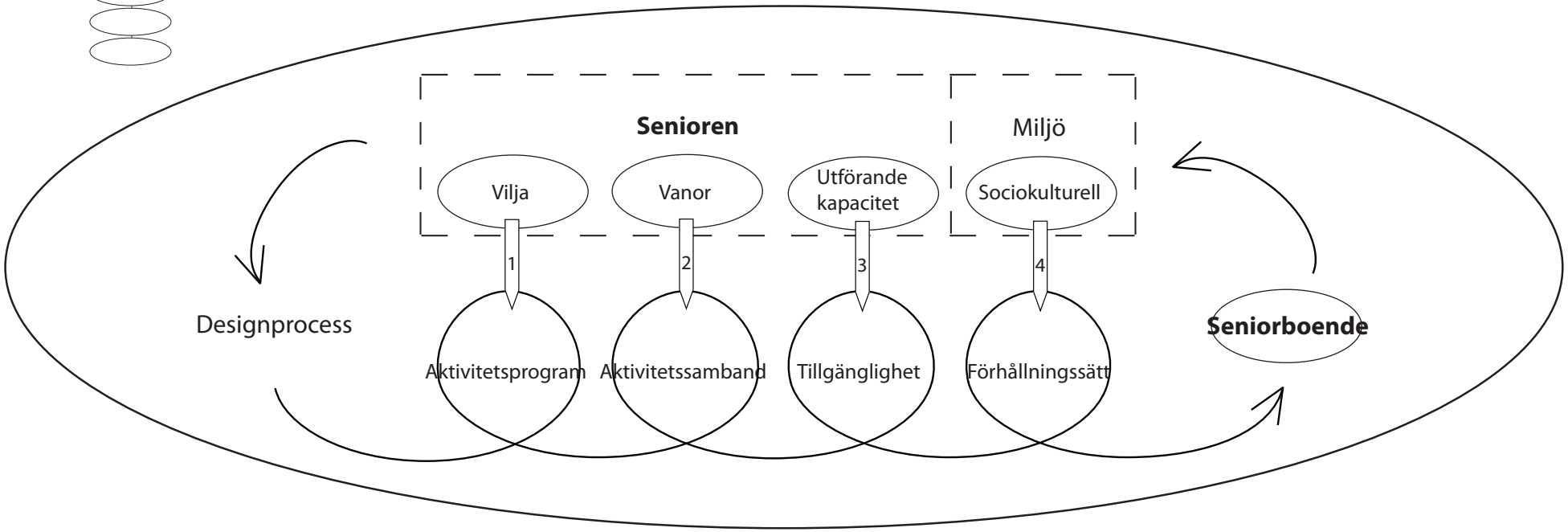
Senioren värderar aktiviteter som tillgodoser de basala behoven och skapar grundtrygghet. Att kunna sköta sin personliga vård ingår i de basala behoven i det dagliga livet och är ett aktivitetsområde som senioren värderar som viktigt vilket också skapar grundtrygghet. (Kärnekull, 2011)

Socialt umgänge skattas som viktigt i seniorens dagliga liv. Gruppen seniorer i Sverige idag är en relativt homogen grupp med liknande intressen och erfarenheter och som gillar att umgås och utföra aktiviteter tillsammans med varandra. (Kärnekull, 2011)

Viktigt för senioren är möjligheter till självutveckling. Att ha möjligheten att vidareutveckla intressen som utvecklats genom livet, men också ha möjlighet att själv eller tillsammans med andra få prova på nya aktiviteter. (Kärnekull, 2011)



Analys av senioren och seniorboendet utifrån verktyg



Vilja, vanor, utförandekapacitet och sociokulturell miljö utifrån senioren stödjer formulering av aktivitetsprogram, aktivitetssamband, tillgänglighet och förhållningssätt i designprocessen i syfte att utforma aktivitetsfrämjande seniorboende.

Gruppen seniorer i Sverige av idag är i stor utsträckning individualister med ett stort behov av att vara oberoende. Därmed finns ett stark behov av att själv kunna bestämma över sina aktivitetsval och hur de ska utföras. (Kärnekull, 2011)

Vanor

Vanor påverkas av fasta fysiska mönster i vår närmiljö.
(Kielhofner, 2008)

Genom att organisera aktivitetsprogrammet så att det på ett naturligt sätt integreras i seniorens dagliga liv och rörelsemönster skapas goda förutsättningar för att etablera och upprätthålla en vana att ta del av aktivitetsutbudet.

Genom att skapa en regelbundenhet över tid stärks möjligheterna att etablera en vana. (Kielhofner, 2008)
Regelbundet återkommande aktivitetsutbud som tydligt aviseras främjar etablering och upprätthållandet av en vana att utföra aktiviteter i seniorboendets aktivitetslokaler.

Vanor påverkas av de sociala strukturer vi ingår i och omger oss av samt de roller vi själva och andra spelar i dessa social sammanhang.
(Kielhofner, 2008)

Genom att t ex planera utrymmen för en frivillig seniorpool som är med och utformar och tar ansvarar för de gemensamma aktivitetslokalerna och aktiviteterna och planera dessa i samband med den centralt placerade informationsdisken stimuleras skapandet av sociala strukturer och roller som främjar seniorens aktivitetsutförande.

Utförandekapacitet

Utförandekapaciteten utgörs av förmågan utifrån kropp, hjärna och sinnen i kombination med den subjektiva upplevelsen utifrån vilja och vanor.(Kielhofner, 2008)

exempel utifrån seniorens sinnen:
syn:
Undvika bländande ljus, planera mjuka övergångar i ljusstyrka samt arbeta med kontraster i färgsättningen för att skapa igenkänningspunkter.
lukt:
Luktsinnet är det sinne som starkast väcker minnen och känslor. Planera en traditionell meny som sprider välbekanta dofter, välj traditionella växter för både inomhusmiljö och utomhusmiljö men undvik växter som är allergiframkallande, förse ett spa med traditionella dofter utifrån de element som ingår i spat så som vatten, värme och grönska.

smak:
Planera en traditionell meny, välj traditionella ätbara växter i en kökskrädgård.
hörsel:
Planera bort starka ljud och buller med hjälp av rumsutformning och material. Regissera bakgrundsljuden, i vissa miljöer kan bakgrundssorl vara välkommet för att känna gemenskap, i andra miljöer försämrar det möjligheten att slappna av, höra eller konversera. Genom utformning av rum och val av material kan du minska efterklangstiden vilket är av stor vikt för en bra samtalsmiljö.
känsel:
Huden är kroppens största organ och väldigt viktig både som informationskälla och för att uppleva olika känslor. Huden blir tunnare och skörare med åren och kräver därmed material som är utvalda utifrån dessa förutsättningar. Skapa taktila stråk som hjälp för synskadade, Välj ett behagligt material för ledstången, och bänken att sitta ner på. Skapa på utvalda ställen kontraster och överraskningar genom att t ex bryta av med en skrovlig stenvägg att dra handen över. Låt stengolvet längs transportsträckorna övergå till trägolv i de mindre vilande rummen utmed vägen.
mentala förmågor:
Senioren har en relativt stor kunskapsbank, livserfarenhet och stora förmågor att utföra aktiviteter som bygger på dessa kvalitéer. Senioren kan ha svårare än yngre att lära in ny kunskap och nya aktiviteter. (Kärnekull, 2011)
Utforma designen utifrån traditionella miljöer men med inslag av utmaningar och överraskningar.

Fysisk förmåga:
Funktionsnedsättningar kan förekomma i alla delar av rörelseapparaten. Planera utifrån självständig gångare, gångare med rollator, rullstolsburen och i vissa fall sängliggandes. Enhandsreglerade reglage eller automatik.

Enligt gällande riktlinjer och regelverk ska miljön utformas så att den är fysisk tillgänglig för personer med olika former av funktionsnedsättningar i rörelseapparaten. (BBR, 2001)

Sociokulturell miljö

Var inte kränkt, var glad!
-en personlig inblick i livet som senior
(Mazzarella, 2010)

Merete Mazzarella är född 1945 och tillhör den stora årskullen som kom till strax efter andra världskrigets slut. En årskull vars storlek under livsloppet alltid ställt specifika krav på samhället att anpassa sig för att tillgodose deras behov. Hon tillhör nu en grupp vars stadie i livet ofta beskrivs som den tredje tidsålder, den tidpunkt i livet då den yrkesverksamma tiden når sitt slut och övergår i pension. Den tid då det kravfulla ansvar det medför att ta hand om en familj och ha försörjningsansvar övergår till ett ansvar för sig själv, att äga sin egen tid och ha möjlighet till självutveckling.

Merete är professor i nordisk litteratur och har tidigare gett ut ett antal självreflekterande böcker inom olika områden. I boken: Att resa med rabatt, om konsten att vara pensionär, reflekterar hon just om hur det är att vara på väg att pensioneras, bilden av sig själv som pensionär och hur hon upplever att samhällets bild av pensionärer ser ut.
Hon samtalar med vänner och bekanta om hur dom upplevde att det är att bli pensionerade samt reflekterar kring orsakerna till de skilda upplevelserna.

Merete upplever att seniorer är en grupp som i mycket större utsträckning än andra grupper i samhället idag klumpas ihop och definieras utifrån några få starkt generaliserande kriterier. Trots att Merete även kan se många fördelar med de allmänna pensionssystemet pekar hon på dess roll i att gruppera alla pensionärer som hjälpbehövande och svaga. Hon påpekar att till skillnad från att vara pensionär är arbete ett begrepp som för respekt med sig, idag beskrivs arbete inte som en moralisk skyldighet utan som självförverkligande. Hon upplever att den idealiska bilden av senioren i samhället idag är någon som är oberoende, måttfull, agerar med lugn självbehärskning och med fördel dör knall och fall innan nedgången börjar på allvar. Orsaken till att unga vill se gamla som positiva och lugna tror Merete är för att det är mindre oroande, men som hon påpekar är visdom inte alltid positiv och lugnande.

Hon upplever också att man som senior inte är av samma betydelse som andra grupper i samhället. Som exempel berättar hon om en personlig händelse när hon sin första dag som pensionär tillsammans med sin make skulle besöka en pensionärsmatiné, men biografen var igenbommad och ingen dök upp, det var bara att gå därifrån snopen och besviken. Hon beskriver också hur hon i den situationen upplevde känslan av att sjunka en smula, att känna kränkthet å hela pensionärkårens vägnar.

Själv ser hon pensionen som en milstolpe som väcker frågor om ens självbild samt ens bild av andras bild av en. När hon ser på sin omgivning, vänner och bekanta i samma stadie som hon själv, på väg mot pensionen eller redan pensionerade möter hon blandade känslor av glädje och depression. Hon tror att det är lättare att hantera pensioneringen om man upplever att det arbetsliv man lämnat varit meningsfullt. Hon pekar också på att det finns undersökningar som visar att sociala relationer betyder mer för livstillfredsställelse än t ex hälsa.

Hon fortsätter med att påpeka att göra något för andra är nästan alltid att göra något för sig själv. Hon återkommer ofta till liknelsen -då svänger sommaren kring sin axel, om att bli pensionär, en tidpunkt då inte allting ligger framför en, utan en tidpunkt då reflektioner om livets mening väcks, en vilja att förstå sig själv i ett sammanhang som är större än en själv.

Merete anser att det behövs fler som lyssnar och färre som pratar, något hon tror seniorer i stor utsträckning kan bidra med. Ett bra sätt att ta vara på tiden som senior tror Merete är att att ha modet att fortsätta göra saker som man vet att man nog aldrig blir riktigt bra på, att lära att göra för lärandets och görandets skull.

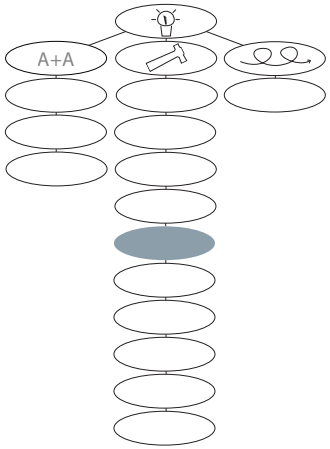
Formulering av verktygets fyra delar i designprocessen

Verktyg del 1, Aktivitetsprogram
Kriterier för seniorboendets aktivitetsprogram utifrån analys av vad som påverkar seniorens vilja:

- Att de bygger på seniorens inlärda kunskap och livserfarenhet.
- Att de tar hänsyn till seniorens förutsättningar utifrån kropp, hjärna och sinnen.
- Att de tillgodoser seniorens basala behov och bidrar till att skapa grundtrygghet.
- Att de skapar utrymme för socialt umgänge tillsammans med andra seniorer.
- Att det främjar seniorens oberoende och självständighet i så stor utsträckning som möjligt.

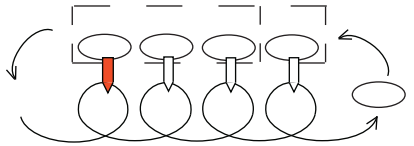
Arkitektens hjälp i detta steg
Detta steg ringar in vilken information som ligger till grund för en målgrupps vilja att utföra aktivitet.
Viljan att utföra en aktivitet styrs utav känslan av att vara kapabel att utföra aktiviteten, känslan av att utföra en aktivitet av värde samt känslan av att utföra en glädjefull aktivitet.

Genom att inhämta information om vad det är som får en specifik målgrupp att känna sig kapabel, vad som känns meningsfulla för målgruppen och vad som upplevs som tillfredställande kan man som arkitekt tillsammans med organisation och verksamhet vara med och utforma programmet till grund för arkitekturen.



Del 1 verktyg

Aktivitetsprogram



Föreslagna aktivitetslokaler utifrån seniorens vilja:

Spa

Kökträdgård

Café

Samlingssal

Viljan att utföra en aktivitet styrs utav känslan att vara kapabel, att aktiviteten upplevs som viktig och glädjefull.

Verktyg del 2, Aktivitetssamband

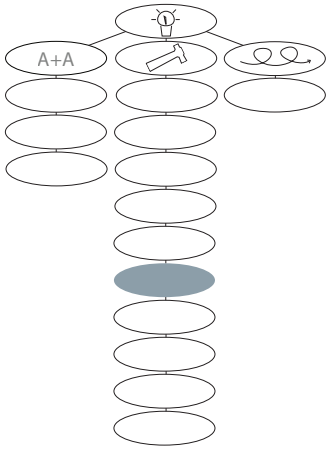
Kriterier för organisationen av seniorboendets aktivitetsprogram utifrån analys av vad som påverkar seniorens vanor:

- Att aktivitetslokalerna placeras så att de integreras i seniorens dagliga rörelsemönster. Exempelvis placeras de på entréplan i det centrala kommunikationsstråket in och ut ur byggnaden.
- Att aktivitetslokalerna utformas välkomnande och inbjudande. Exempelvis genom öppenhet och transparens gentemot det centrala kommunikationsstråket.
- Att plats för att informera om aktiviteslokalerna och aktivitetsutbudet placeras så att det integreras i seniorens dagliga rörelsemönster. Exempelvis med en centralt placerad informationsdisk på entréplan i rörelsestråket med informationstavlor.
- Att utrymmen för stödjande sociala strukturer planeras i samband med platsen för information om aktivitetslokalerna och aktivitetsutbudet. Exempelvis planeras lokaler för en seniorpool i samband med informationsdisken.

Arkitektens hjälp i detta steg

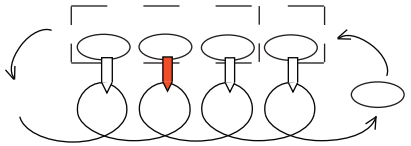
Detta steget ringar in information om vilka strukturer som bidrar till att forma en målgrupps vanor att utföra en aktivitet.
Fysiska strukturer, sociala strukturer och tidsmässiga strukturer bidrar till att forma en målgrupps vanor.

Utifrån denna informationen kan man som arkitekt tillsammans med organisation och verksamhet utforma aktivitetssambanden så att de fysiska strukturerna även stärker de sociala och tidsbundna strukturerna för att främja utvecklandet av vanor och stimulera till aktivitetsutförande.

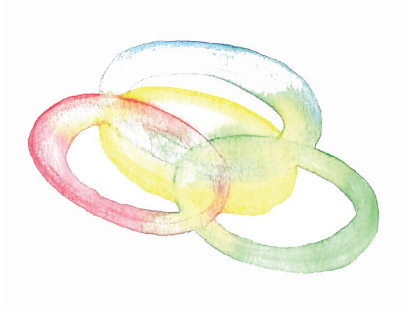


Del 2 verktyg

Aktivitetssamband



Föreslagna aktivitetssamband utifrån seniorens vanor:



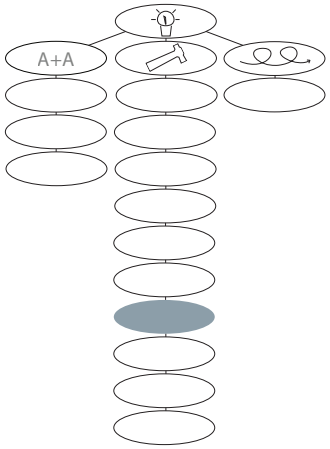
Aktivitetssamband mellan föreslaget aktivitetsprogram. Spa, kökträdgård och café placeras kring en samlingssal. Fysiska, sociala och tidsbundna mönster främjar etableringen av vanor.

Verktyg del 3, Tillgänglighet
Gällande riktlinjer och regelverk för att tillgodose behovet av tillgänglighet i den byggda miljön är utformade utifrån de fysiska krav kroppen som rörelseapparat ställer, de fysiska krav som sinnena ställer samt de krav som ställs för att miljön ska vara läsbar och förståelig utifrån den mentala kapaciteten. (Svensson, 2001; BBR, 2001)

Men för att stödja utförandekapaciteten och gå från att göra miljön tillgänglig till att skapa delaktighet krävs också att hänsyn tas till vad som påverkar en persons vilja och vanor att utföra en aktivitet.

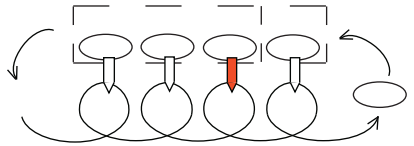
Arkitektens hjälp i detta steg
Detta steget ringar in vilken information som ligger till grund för en målgrupps utförandekapacitet.
Tillgänglighet utifrån personens kropp, sinnen och hjärna i samspel med personens upplevelse utifrån dennes vilja och vanor ligger till grund för personens utförandekapacitet.

Utifrån informationen om målgruppens kapacitet utifrån kropp, sinnen och hjärna kan man som arkitekt utforma miljön fysisk tillgänglig utifrån gällande riktlinjer och regelverk. Denna del av verktyget ger också insikten om att miljön också måste utformas utifrån målgruppens vilja och stödja målgruppens vanor för att stödja aktivitetsutförande. Därför krävs det att även detta steg formuleras tillsammans med organisation och verksamhet.



Del 3 verktyg

Tillgänglighet



+ Upplevelsen utifrån vilja och vanor

Föreslagen tillgänglighet utifrån seniorens utförandekapacitet:

Förutsättningar utifrån kropp hjärna och sinnen i kombination med den personliga upplevelsen utifrån vilja och vanor ligger till grund för utförandekapaciteten.

Verktyg del 4, Förhållningssätt

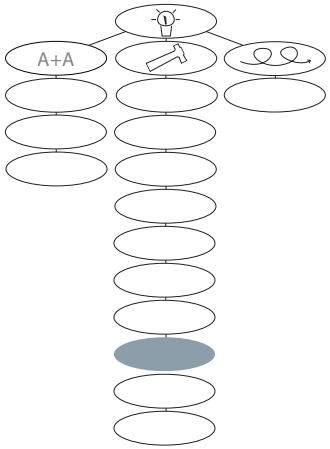
Kriterier för förhållningssätt utifrån analys av vad som utgör grunden för seniorens sociokulturella miljö:

- Skapa utrymme för individualitet.
- Utgå ifrån individens resurser, kvalitéer och styrkor.
- Lyft fram det friska hos alla.
- Skapa miljöer som stimulerar till eftertanke och reflektion.
- Skapa miljöer för mänskliga möten.
- Skapa tillgängliga miljöer.

Arkitektens hjälp i detta steg

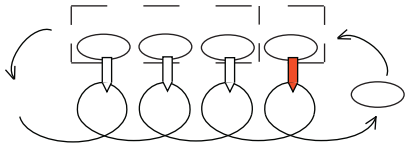
Detta steget ringar in vilken information som ligger till grund för en målgrupps sociokulturella miljö.
Målgruppens sociala, politiska och ekonomiska plattform ligger till grund för dennes sociokulturella miljö.

Informationen om målgruppens sociokulturella miljö ger insikter och främjar ett gemensamt förhållningsätt för arkitekt, organisation och verksamhet att utgå ifrån.



Del 4 verktyg

Förhållningssätt



Föreslaget förhållningssätt utifrån seniorens sociokulturella miljö:

- Möjliggör en personlig prägel på den fysiska miljön.
- Skapa mötesplatser mellan generationer.
- Erbjud stimulans för alla sinnen.
- Skapa en tydlig och läsbar miljö för närvaro.
- Samla stråk med vilande och aktiva platser utmed.
- Utgå ifrån minsta gemensamma nämnare för alla.

Den sociokulturella miljön utgörs av den sociala, politiska och ekonomiska plattformen.

Tillämpning genom analys av referensmiljöer

Grund till valet av äldreboenden som referensmiljöer:

Valet att titta på äldreboenden som referensmiljöer grundar sig på att de är tillräckligt närliggande seniorboendet för att vara meningsfullt att jämföra. Även om definitionerna skiljer sig mellan äldreboende och seniorboende: seniorboende kräver endast en viss uppnådd ålder som kriterium för att få ansöka om ett boende medan ett äldreboende kräver beslut från kommunens biståndsbedömmare utifrån individuella behov. Bedömningen har ändå gjorts att det främst handlar om en initial gradskillnad i omvårdnadsbehov och aktivitetsnivå. En tanke med seniorboenden är förutsättningarna ska finnas för att människor som i framtiden har ett ökat behov av vård och omsorg ska kunna bo kvar och inte behöva flytta till ett äldreboende. (Statens offentliga utredningar, 2007)

För att illustrera det utvecklade verktyget och analysera hur väl referensmiljöerna i form av äldreboenden främjar aktivitetsutförandet hos de boende krävs information utifrån alla delar i verktyget:

- De boendes vilja, vanor och utförandekapacitet och sociokulturella miljö.
- Aktivitetsprogram, aktivitetssamband, tillgänglighet och övergripande förhållningssätt.

De boendes vilja, vanor, utförandekapacitet och sociokulturell miljö utgår från informationen om senioren och seniorboendet.

Information om aktivitetsprogram, aktivitetssamband, tillgänglighet och övergripande förhållningssätt kan delvis inhämtas från beskrivningar av de olika boendena men kräver komplettering utifrån egen analys och upplevelse på plats.

Först presenteras sammanställd fakta därefter skildras min egen upplevelse av boendena . Den samlade informationen används slutligen som underlag för analys utifrån verktyget för att se hur väl miljön främjar de boendes aktivitetsutförande.

Samtliga individer som refereras till personligen och som det går att identifiera i skilldringen av boendena har fått ta del av materialet och godkänt det.

Tre Stiftelser
(Arvidsson et al., 2010)

Namnet står för tre olika stiftelser: Stiftelsen Göteborgs sjukhem med Änggårdsbacken, Stiftelsen Ålderdomshemmet i Göteborg med Vega hemmet, Stiftelsen Otium med äldreboende i Björkekärr. Alla lyder under en gemensam styrelse som utses av Göteborgs kommunfullmäktige. Verksamheten bedriver vård och omsorg av drygt 360 äldre och funktionshindrade i Göteborg. Till skillnad från ett seniorboende krävs beslut fattat av biståndsbedömmare utifrån individuella behov av vård och omsorg för att få en plats på ett äldreboende.

Salutogen vård och omsorg
Inriktningen mot salutogen vård och omsorg fokuserar på det friska hos människan som ett komplement till medicinsk vård. Utgångspunkten är människan som individ med individuella förutsättningar. En meningsfull, begriplig och hanterbar värld är de grundläggande värdeorden. Innebörden i dessa värden är att livet har en mening vilket gör det värt att satsa energi på, att förstå sig själv och sin omgivning samt känna sig förstådd av andra är grundläggande för att känna välbefinnande samt att känna att man har kontroll över tillvaron och själv aktivt kunna styra över sitt liv. Centrala områden inom verksamheterna som levandegör det salutogena förhållningssättet är måltiden, trädgården samt våra händer, kroppar och sinnen.

Måltiden
Tre Stiftelser har en kostchef som ser till att maten och måltiden håller hög klass. Måltiden är en central och viktig del i en människas dagliga liv, både till vardags och fest. En väl balanserad, energigivande kost är grundläggande för vår överlevnad och vårt fysiska välbefinnande men fyller så många fler funktioner än så. Måltiden är en källa för stimulans av alla våra sinnen samt fyller en viktig social funktion. Traditionsenliga fester som följer årets högtider samt extratillställningar däremellan är inslag som sätter guldkant på tillvaron på Tre Stiftelsers boenden.
Förutom den primära funktionen som bränsle för kroppen är mat starkt förknippat med dofter och smaker. Ett vedertaget uttryck är att man äter med ögat vilket även belyser hur viktigt det är att maten ser aptitlig ut. Olika konsistenser och texturer i munnen erbjuder ytterligare en dimension som berikar upplevelsen av måltiden.
Upplevelser som stimulerar våra sinnen väcker minnen till liv och påminner oss om vilka vi är. Att dela måltiden med andra ger möjligheter att få glädjas, njuta och minnas tillsammans vilket skapar meningsfullhet och gemenskap.

Trädgården

Tre Stiftelser har två trädgårdsmästare som håller trädgårdarna levande och vackra, ofta tillsammans med de boende. Även trädgården med mycket att titta på, härliga dofter och surrande humlor och bin stimulerar våra sinnen och väcker minnen till liv. Olika gångar och markbeläggningar skapar utrymme för aktivering utifrån olika förutsättningar. Grönt liv på ålderns höst är en viktig kvalité som lyfts fram och är högprioriterat på alla de tre äldreboendena i Tre Stiftelsers regi. Naturen och grönskan hjälper oss till koncentration och främjar rehabilitering. Trädgårdarna piggar upp och stimulerar till aktivitet genom lustfyllda fantasifulla inslag som väcker tankar och idéer. Att odla frukt och grönt som kan användas i matlagningen samt ha egna hönor som behöver tillsyn, matas och skötas skapar delaktighet och meningsfullhet för de boende. Ofta samlas boende och trädgårdsmästare och odlar och skördar tillsammans, de boende plockar egna blombuketter och tar med sig in i sina egna lägenheter men gör också dekoreringar tillsammans till gemensamma fester. Var och en gör det som känns meningsfullt för dem och utifrån egna förutsättningar på egna villkor, individen i centrum är det viktigaste kärnvärdet av alla utifrån det salutogena perspektivet.

Våra kroppar och sinnen

Minnen som är starkt kopplade till våra sinnen, känslor och kroppar är oftast djupt rotade i oss och därmed lättare att väcka än minnen som kräver ord för att återges. Sången, rytmen och musiken stimulerar till dans och rörelser och väcker våra kroppsminnen. Dans är uppskattade tillställningar som arrangeras på boendena. Grupper som på olika sätt uttrycker sig och gläds till musik och rytmer är stående inslag i de utbud av aktiviteter som erbjuds och sätts samman utifrån de boendes önskemål. Dansen är även ett lustfyllt sätt att motionera och ge kroppen kraft och styrka. Våra minnen, egna och kollektiva, berättar för oss och andra om vilka vi är. Händerna minns är ett uttryck som vittnar om att den praktiska kunskap vi tillägnat oss genom livet sitter i kropp och händer och är lätt att väcka till liv genom skapande aktiviteter. Att i festens tecken få släppa oro och tankar och samlas till en stunds gemenskap med god mat och trevlig underhållning skapar livskvalité.

Otium, Otium cum dignitate –vila med värdighet

Otium är det yngsta boendet i stiftelsen och bildades 1958. Det startades som ett hem för äldre som kunde betala hela kostnaden för sin omvårdnad själva. På 70-talet ville politikerna i Göteborg göra om Otium till ett ”vanligt äldreboende” med samma villkor som de övriga äldreboendena Göteborg men i praktiken fungerade Otium som ett pensionärskollektiv för de ”finare” Göteborgarna, och när vårdbehov uppstod flyttade man vidare till Änggårdsbacken som var mer tillgänglighetsanpassat för personer i behov av olika former av hjälpmedel. I och med Ädelreformen 1992 som garanterar kvarboende moderniserades Otium och byggdes om och har sedan dess verkat på samma villkor, utifrån behovsbedömning av biståndsbedömmare, som de övriga boendena i Tre Stiftelser. (Arvidsson et al., 2010)

Otium

Mitt besök på Otium

Vid närmandet av Otium syns den röda tegelbyggnaden mellan björkarnas bladverk. Vid tomtgränsen börjar jag leta efter entrén men ser ingen. In i trädgården slingrar en grusgång. Det är en livfull trädgård. En bred rabatt med en stor variation av blommor, buskar och träd sträcker sig längs med hela husfasaden. Ett sidospår viker av från gångstigen och rundar ett växthus som omsluts av lutande odlingsbäddar. Den andra sidan av gångstigen runt växthuset kantas av upphöjda odlingsbänkar som fungerar som ett staket ut mot den förbipasserande gångbanan.

Plötsligt hörs ett kacklande ljud. Lite längre fram skuggas gångstigen av en blomsterklädd spaljé och längs med ena sidan ligger ett litet rosa trähus, varifrån ljudet verkar komma. På en handskriven lapp i fönstret på den rosa stugan står det: Lite om hönsen.., och sedan följer information om hönsen av rasen dvärgkochin med kinesiskt ursprung. Kacklandet innanför ger en känsla av sällskap i den annars folktomma regndränkta trädgården.

påsklilja

växthus & odlingsbänk

På andra sidan trädgården, i höjd med den rosa stugan, backar huskroppen tillbaka och bildar en naturlig uteplats. Den breda rabatten utmed husväggen ersätts av en stor och utbredd träaltan framför en uppglasad fasad med många dörrar. På altanen finns många små runda bord och sittplatser utställda. Och mitt på altanen står en stubbe omgiven av en rund liten träbänk med en blomsterurna på.

Aktivitetsfrämjande kvalitéer i den fysiska miljön beskrivna utifrån olika delar av verktyget

Del 1:

Utbudet av växter stimulerar sinnena och utgör en källa till glädje för senioren, centralt för viljan att vistas i trädgården.

Del 2:

Grusgången utgör en fysisk struktur som stödjer vanan att gå igenom trädgården.

Del 3:

Odlingsbäddarnas utformning gör dem tillgängliga även för personer som sitter i rullstol eller har svårt att böja sig ner till marken.

Del 4:

Utbud, utformning och tillgänglighet skapar sammantaget en aktivitetsfrämjande miljö.

odlingsbänk

örtbänk

Efter en boulebana leder gångstigen fram till en liten samlingsplats där grusgången vidgar sig till ett runt litet torg med en vattenskulptur i centrum i form av en stenkula. Runt det lilla torget står gröna häckar samt träbänkar att sitta ner på. Platsen ger en vilande, rofylld känsla.

Aktivitetsfrämjande kvalitéer i den fysiska miljön beskrivna utifrån olika delar av verktyget

Del 1:

Plattgången som öppnar upp sig, tillsammans med omgivande häckar bildar ett rum, en mötesplats och möjliggör social samvaro. Centralt för seniorens vilja till aktivitet.

Del 2:

Gången leder rakt in till mötesplatsen vilket främjar vanan att gå den vägen.

Del 3:

De släta underlaget och de breda gångarna gör miljön tillgänglig för personer som förflyttar sig med hjälp av rullstol eller använder rollator eller käpp. Vattenskulpturen stimulerar sinnena genom att vara vacker att titta på och rofylld att lyssna till.

vattenskulptur

Jag konstaterar att jag nog kommit in på baksidan av byggnaden och fortsätter runt husknuten och möts av en öppnare trädgård med mer fria former ut mot gångstigen och ett närliggande skogsområde.

Efter nästa hörn finns en liten valvliknande öppning med en skylt som informerar om att här ligger entrén. Utanför står en liten skåpbil samt lite träpallar och en vinkelsåg. Det känns lite som att smyga in en bakväg och kanske är det en bakväg för på andra sidan valvet öppnar det upp sig mot något som liknar en huvudparkering.
Vid entrédörren skymtar mellan igendragna gardiner ett kontor och några människor. Väl inne finns ingenstans att sitta för entréhallen är under renovering och fylld med lister, brädor och verktyg.

snödroppar

naturträdgård

Längre in sitter några damer och en herre i ett litet rum som verkar vara ett bibliotek. De skrattar och pratar men tystnar när jag närmar mig. Verksamhetschefen möter upp och bjuder in mig på sitt kontor och ursäktar röran på grund av renoveringen.

Aktivitetsfrämjande kvalitéer i den fysiska miljön beskrivna utifrån olika delar av verktyget

Del 1:

Rummets utformning och möbleringen inbjuder till socialt umgänge, något som senioren skattar som viktigt och glädjefullt, centralt för seniorens vilja.

Del 2:

Biblioteket ligger i anslutning till entréhallen och hissarna där alla boende och besökare passerar in och ut ur byggnaden. Biblioteket har en stor glasad dörr med omgivande glaspartier mot entréhallen och trädgården. Placeringen och utformningen bjuder in förbipasserande. Den fysiska strukturen stödjer vanan att besöka biblioteket.

Del 3:

Dörröppningen är bred utan tröskel och det finns gott om plats att ställa hjälpmedel inne i biblioteket. Den fysiska miljön är tillgänglig och stödjer seniorens utförandekapacitet.

bibliotek

vardagsrum

Verksamhetschefen referera till de perspektiv som är gemensamt för Tre Stiftelsers boenden: en meningsfull, begriplig och hanterbar värld är visionen för de boende.
Idag är Otium under renovering och omstrukturering för att bättre hjälpa till att uppfylla denna vision. Framförallt ska den nuvarande restaurangen ändras till att mer vara en matsal för de boende. Otium är ett litet boende och inte så många restauranggäster kommer utifrån. Därför ska miljön bli mer hemlik och anpassad efter de boendes behov och önskemål. Dessutom ska de rum som ligger mellan matsal och trädgården som idag mestadels står tomma, renoveras och omdisponeras för att locka fler av de boende och skapa en mer livfull kärna i boendet.

salladsbuffé

restaurang

Vegahemmet

Vegahusen har sina rötter i Göteborgs fattigvård. Inledningsvis skiljde man på de äldre med borgerlig bakgrund och de enklare folket. De borgerliga fick bo ståndsmässigt i ett boende ritat av dåvarande statsarkitekten Carl Fahlström medan de mindre bemedlade fick nöja sig med en enklare byggnad. Verksamheten drivs av Stiftelsen Ålderdomshemmet i Göteborg. Idag är Vegahemmet uppdelat i tre byggnader med plats för 138 boende. (Arvidsson et al., 2010)

Vegahemmet

Mitt besök på Vegahemmet

Ända utifrån trapphuset syns solstolarna som står utställda i skenet av starka lampor framför en dekor med ett medelhavsmotiv på. Det är skönt att slå sig ner och bara luta sig tillbaka och känna värmen och ljuset och betraktade dekoren. Fler personer anländer och slår sig ner. Då kommer Anna, kvinnan jag bestämt träff med och ber mig följa med.

Ett varmt välkomnande

Rhodos

Aktivitetsfrämjande kvalitéer i den fysiska miljön beskrivna utifrån olika delar av verktyget

Del 1:

Rummets generella och öppna utformning gör det möjligt att möblera och variera inredning för att skapa stimulans av alla sinnen, främja social samvaro och därmed viljan att delta i aktiviteten.

Del 2:

Aktivitetsrummet är placerat med en stor öppning ut mot det centrala trapphuset, runt vilken även några av de andra aktivitetslokaler är placerade, vilket bjuder in förbipasserande och stödjer vanan att uppsöka lokalen.

Del 3:

Framkomligheten är god för både gångare och rullstolsburna. Alla sinnen stimuleras: i den fysiska miljön med hjälp av väggmotiv att titta på och lampor som värmer.

Anna berättar

Det viktigaste är att utgå ifrån individen. Det måste finnas plats för både det smala och det breda, alla behöver få vara nyfikna och bli överraskade. Att skapa delaktighet och aktivitet är viktigt för att göra livet meningsfullt.

Vi går runt i byggnaden, det är lite svårt att hitta. Ett spa med ett tippbart badkar visas. Det gör det enkelt att komma i och ur även om du behöver flytta över från rullstol till badkar med hjälp av lift.

Anna visar också ett bibliotek inrett på ett traditionellt sätt. Hon medger att rummet kan kännas högtidligt men är samtidigt något skeptisk till inredningen av flera anledningar. Dels är det svårt att röra sig runt och komma intill bordet om man sitter i rullstol eller går med rollator och den tunga otympliga möbleringen gör det svårt att ändra om. Dels tycker hon att det kan bli lite fyrkantigt att tänka att allt måste vara som det alltid har varit, bara för att man har blivit äldre behöver det inte betyda att nyfikenheten och lusten till nya miljöer, upplevelser och utmaningar tagit slut.

minispa

bibliotek

Matsalen på Vegahemmet är öppen för alla, sju dagar i veckan, och som utomstående får man gärna komma in och fika och äta i restaurangen.

Boendet arrangerar ofta olika aktiviteter i matsalen. Anna betonar vikten av variation. Hon påpekar att de flesta av oss kan välja om vi vill ta en öl på pubben eller äta trerätters på någon finare restaurang och bara för att du bor på ett äldreboende ska du inte behöva uppleva samma sak i samma miljö hela tiden. Därför brukar tillställningarna ha olika teman där inte bara mat och program varieras utan även miljön i den mån det är möjligt. Personalen hjälps åt att möblera om och dekorera för att på bästa sätt förstärka festens tema. Anna påpekar att det är något att tänka på vid planeringen av gemensamhetsutrymmen, att de är generellt utformade för att enkelt kunna ändras om och användas flexibelt.

Från restaurangen kommer man enkelt ut på uteplatsen med utsikt över trädgården och den stora lekplatsen Plikta som ligger i Slottsskogen alldeles bredvid.

restaurangdisk

restaurang

Trädgården är uppdelad i olika teman varav ett tema är jordbruket med en gammal skördetröska i centrum. En röd liten träbyggnad minner om tombolan i de gamla folkparkerna.

Boendet försöker så ofta som möjligt öppna upp den lilla träbyggnaden och bjuda på något gott att förtära. Dessa tillställningar är mycket populära och lockar många av de boende att komma ut och umgås en stund i trädgården.

Aktivitetsfrämjande kvalitéer i den fysiska miljön beskrivna utifrån olika delar av verktyget

Del 1: Att äta utgör ett grundläggande behov hos senioren. En kvalité senioren vill att seniorboendet ska tillhandahålla.

Del 2: Boendet är utspritt i flera byggnader och restaurangens placering kräver därför att de boende aktivt söker sig hit vilket inte stödjer vanan att gå hit. Däremot gör dess glasade fasad med entré från parken att förbipasserande bjuds in.

Del 3: Det går att förflytta sig runt i rummet sittandes i rullstol eller gående med rollator.

Del 4: Fasta små halvväggar gör det svårt att fritt välja väg och att ändra om möbleringen i rummet vilket begränsar och styr användningen av rummet.

blomsterrabatt

skördetröska

Det finns ett reminiscensrum på varje våning, inrett i gammal stil. Dessa rum används för grupper av de boende att samlas i och minnas utifrån en särskilld pedagogik.

Ett besök hos en av de boende blir en kontrast till reminiscensrummet. Det är en herre som levt ett händelserikt och spännande liv och som gärna låter sitt hem fotograferas. Hemmet vittnar om att han i allra högsta grad fortfarande lever, har en stark personlighet och vilja till livet.

Aktivitetsfrämjande kvalitéer i den fysiska miljön beskrivna utifrån olika delar av verktyget

Del 4: De två beskrivna rummens inredning skiljer sig markant i karaktär: Reminiscensrummets inredning stimulerar till aktivitet genom att knyta an till en kollektiv bild av det förflutna för att väcka minnen och associationer hos senioren som grupp medan inredningen i den boendes lägenhet speglar den personens liv in i nutid vilket väcker hans minnen och associationer och stimulerar honom till aktivitet. Utifrån ett aktivitetsfrämjande förhållningssätt är det en fördel att miljön rymmer både och för att tillgodose olika individuella behov och förutsättningar. Båda miljöerna kompletterar varandra utifrån ett aktivitetsfrämjande förhållningssätt.

reminiscensrum

lägenhet

Änggårdsbacken

I en vacker röd tegelbyggnad i äkta jugendstil, i backen ner mellan Sahlgrenska Universitetssjukhus och Slottsskogen ligger äldreboendet Änggårdsbacken. Boendet är det största av de tre boenderna som drivs av Tre Stiftelser med plats för 170 personer fördelade på tre byggnader. Byggnaden ritades av Hans Hedlund och J Forsell. Den restaurerades 2001-2002 och återfick då sin ursprungliga interiör. Verksamheten drivs av Stiftelsen Göteborgs Sjukhem och har funnits på samma plats sedan 1902. Änggårdsbacken liksom Vegahemmet har sina rötter i fattigvården.(Arvidsson et al. 2010)

Änggårdsbacken

Mitt besök på Änggårdsbacken

Det är invigning för en liknande medelhavsupplevelse som den på Vegahemmet. Den blir genast mycket populärt och rummet fylls snabbt av de boende.

I den stora salen anordnas det ofta tillställningar för de boende, alltifrån disco till te-dans och dragshow. Boendet är utspritt i många olika byggnader i flera nivåer vilket gör det omständigt för de boende att ta sig hit. Det är en vacker sal med stor volym och vackert utformade fönster. På läktaren finns en orgel.

Aktivitetsfrämjande kvaliteér i den fysiska miljön beskrivna utifrån olika delar av verktyget

Del 1: Salen möjliggör ett brett användningsområde och utgör en social plattform för de boende och lockar även besökare utifrån.

Del 2: Salen ligger inte i anslutning till något centralt kommunikationsstråk och främjar därmed inte vanan att besöka salen.

Del 3: Salen i sig är fysiskt tillgänglig men det är svårt och omständigt för de boende att orientera sig och ta sig hit.

Del 4: Förekomsten av både te-dans och dragshow visar att utrymme ges för individuella olikheter vilket ingår i ett aktivitetsfrämjande förhållningssätt.

Rhodos

samlingssal

I en liten träningssal hålls regelbundna träffar med fokus på rytm och musik. Det finns även möjlighet för de boende att komma hit och träna själva eller tillsammans med sjukgymnast. Lokalen ligger i slutet av en korridor med en sluten vägg och dörr ut mot korridoren. Jag blir inbjuden att vara med på ett pass vilket ger mig möjlighet att prata lite med några av de boende. De är alla mycket fokuserade på täningen och pratade om vikten av att röra på sig för att må bra.

På varje våning finns ett gemensamt vardagsrum för de boende. Tyvärr används inte rummen så mycket, kanske för att det inte hålls så mycket organiserade aktiviteter här och för att det ligger lite avsides.

Aktivitetsfrämjande kvalitéer i den fysiska miljön beskrivna utifrån olika delar av verktyget

Del 1: Programmet i träningssalen stimulerar till fysisk aktivitet vilket hjälper till att uppehålla kroppens funktioner något som upplevs som viktigt för senioren.

Del 2: Träningssalens avsides placering och anonyma karaktär gentemot korridoren stödjer inte vanan att delta i aktivitet.

Del 3: Trots att lokalen i sig uppfyller kraven för tillgänglighet hämmas tillgängligheten av dess avsides och anonyma placering.

Del 4: Pelaren i rummet begränsar användningen av lokalen vilket motverkar ett aktivitetsfrämjande förhållningssätt.

minigym

vardagsrum

Den restaurang som finns i boendet är mycket populär för de som arbetar i området men besöks tyvärr inte så mycket av de boende själva. Dels är boendet utspritt i tre byggnader vilket gör det omständigt för många att ta sig dit och dels är restaurangen smal och något otympligt möblerad vilket gör den svårtillgänglig om man förflyttar sig med hälp av rullstol eller rollator.

Ett kök för gruppaktiviteter finns att tillgå i boendet. Köket är tyvär dåligt tillgänglighetsanpassat.

Aktivitetsfrämjande kvalitéer i den fysiska miljön beskrivna utifrån olika delar av verktyget

Del 1: Restaurangen utgör ett bra program utifrån seniorens vilja att i boendet tillgodose de basala behoven, stimulera sinnen och ha tillgång till sociala plattformer.

Del 2: Dess placering på entréplan med fönster ut mot gatan bjuder in besökare. Men för de boende krävs långa transportsträckor i hissar och korridorer för att ta sig hit vilket inte stödjer vanan att besöka restaurangen.

Del 3: Väl inne i lokalen är miljön orienterbar uppfyller den kraven på fysisk tillgänglighet för rullstolar och rollatorer.

Del 4: Den smala utformningen och tunga möbleringen hämmar en flexibel användning av rummet.

restaurang

aktivitetskök

Den gemensamma trädgården är ganska liten i jämförelse med trädgårdarna på Vegahemmet och Otium och upplevs främst tillhöra de två bakre byggnaderna och inte så mycket den främre huvudbyggnaden. Den upplevs dock välplanerad med flera små gångar och sittplatser blandat med planteringar och grönytor. Det som genast drar till sig uppmärksamhet är det lilla hönshuset med tuppar och hönor som spatserar utanför, återigen sprider sig en lugn, harmonisk stämning och känslan av att inte vara ensam.

tupp & höna

gångstråk

Aktivitetsfrämjande kvalitéer i den fysiska miljön beskrivna utifrån olika delar av verktyget

Del 1: Trädgården utgör ett bra program utifrån seniorens vilja att i boendet stimulera sinnen och ha tillgång till sociala plattformer.

Del 2: Dess placering bakom huvudbyggnaden kräver långa transportsträckor i hissar och korridorer för att ta sig dit vilket inte stödjer vanan att besöka den.

Del 3: Väl i trädgården är miljön orienterbar och fysiskt tillgänglighet för rullstolar och rollatorer.

Analys Tre Stiftelser

Människan i samspel med miljön utgör grunden för mänskligt aktivitetsutförande. (Kielhofner, 2008)

Människan
Det mänskliga systemet utgörs av vilja, vanor och utförandekapacitet där:

Vilja är beroende av:
Den egna upplevelsen av att vara kapabel.
Den egna upplevelsen av att det man gör är av värde.
Den egna upplevelsen av att känna tillfredsställelse och glädje.
(Kielhofner, 2008)

Aktiviteterna på Tre Stiftelsers äldreboenden är väl anpassade och utvalda så att alla som vill kan delta utifrån egna förutsättningar. Detta gör att alla kan känna sig kapabla att delta. Utbudet är blandat från det smala till det breda för att passa alla personligheter.
Flera av aktiviteterna är knutna till det dagliga livet i boendet som t ex rytm och musik med fokus på att stärka sin egen hälsa, odling i den gemensamma trädgården som en social aktivitet men också för att göra det vackert och trivsamt för alla boende, gemensamma förberedelser och dekoreringar inför fester och tillställningar. Denna typ av aktiviteter bidrar till upplevelsen att det man gör inte bara är av värde för en själv utan även för andra.

De flesta av aktiviteterna syftar till att vara lustfyllda, väcka glädje och nyfikenhet hos de boende för att skapa extra livskvalité i tillvaron!

Vanor främjas av:
Tidsrelaterade mönster som upprepar sig i det dagliga livet.
Sociala mönster som upprepar sig i det dagliga livet.
Fysiska strukturer som upprepar sig i det dagliga livet.
(Kielhofner, 2008)

Aktivitetsutbudet på Tre Stiftelsers boenden är relativt stort, med erbjudande om upp till tre, fyra aktiviteter att välja mellan varje dag. Det är ofta samma människor som deltar i flertalet av de olika aktiviteterna. Men en del boende med särskilda intressen deltar de gånger om året då det händer något med anknytning till deras specifika intressen. Därmed gör det rika utbudet att en bredare målgrupp ändå nås.

Boendena är relativt stora och aktiviteterna är ofta förlagda till gemensamma lokaler för hela boendet vilket kräver att de boende gör

aktiva val och söker sig dit. Personalen har i uppgift att varje dag informera de boende om vad som händer i husen och hjälpa de som vill och behöver hjälp med att komma till aktiviteterna. En del aktiviteter äger även rum ute på de olika våningarna i närhet till de boendes lägenheter och rum och är därmed mer lättillgängliga.

Det ser lite olika ut på de olika boenderna men generellt kan sägas att det är svårare att skapa ett stort deltagande i aktiviteterna när gemensamhetslokalerna ligger utspridda i perifera delar av boendet än om de ligger samlade i mer centrala delar där många av de boende dagligen ändå rör sig.

Utförandekapaciteten utgörs av:
Egna fysiska förutsättningar utifrån kropp, sinnen och hjärna i kombination med egna upplevelser utifrån vilja och vanor.
(Kielhofner, 2008)

Alla byggnader som ingår i Tre Stiftelsers boenden uppfyller de krav som ställs utifrån gällande riktlinjer och regelverk för tillgänglighet i den byggda miljön. Men tillgängligheten kunde varit ännu bättre för att främja aktivitetsutförandet i det dagliga livet hos de boende och därmed höja livskvaliteten.
T ex är alla byggnader planerade i flera våningar vilket kräver att de boende använder hissar för att ta sig till de olika aktivitetslokalerna och ut i de gemensamma trädgårdarna. En del av byggnaderna kräver att man förflyttar sig i många och långa korridorer för att ta sig till olika aktiviteter vilket kan vara svårt om man har någon fysiskt funktionsnedsättning eller svårigheter med att tolka eller orientera sig i miljön. Många lokaler är från början planerade för någon annan verksamhet vilket gör att de inte är optimalt utformade för att förflytta sig med t ex rullstol och rollator.

Miljön
Miljön utgörs av den sociokulturella och den fysiska miljön.

Sociokulturell miljö
Egna sociala och kulturella sammanhang.

Den sociokulturella miljön på Otium skiljer sig något från Vegahemmet och Änggårdsbacken. Otium upplevs i högre utsträckning som en privat bostad, med en homogen grupp boende. Vegahemmet och Änggårdsbacken är större boenden, mer centralt belägna vilket bidrar till en bredare mångfald och större integrering i staden.

Vega hemmet är ett bra exempel på hur andra samhälleliga funktioner planerats i nära samband med äldreboendet vilket skapar ett stor samhällelig förankring med stora möjligheter för de boende att dagligen se och träffa andra människor utanför boendet.

Fysisk miljö -rumsliga strukturer
De tre boendena i Tre Stiftelsers regi är fördelade på många olika huskroppar av skiftande karaktär och det är därför svårt att säga något generellt om de rumsliga strukturerna.
Änggårdsbackens huvudbyggnad kan lyftas fram som en vacker byggnad. Den har en vacker röd tegelfasad med en gammal ståtlig huvudentrén bevarad som på ett föredömligt sätt kompletterats med en mer tillgänglig ny entré. De rundade fönstergluggarna med djupa fönsternischer sprider ett vackert dagsljus i lokalerna. Vackra detaljer i form av utsnidda pelare målade i en harmoniserande färgskala till väggar och tak smyckar rummen. Den höga innertaken i så väl gemensamhetslokaler, korridorer och lägenheter skapar en stark känsla av rymd trots relativt få kvadratmeter i varje lägenhet. De gemensamma vardagsrummen har gamla bevarade kakelugnar. Den vackra stora salen som används för olika former av festligheter är en stor tillgång för boendet.

Fysiska miljö -objekt
Ett exempel på objekt som har ett historisk och estetiskt värde men som hämmar det funktionella användandet och därmed aktivitetsutförandet för de boende är de stationära halvhöga väggpartierna prydda med partier av mosaikglas i skiftande färger i Vegahemmets restaurang. Glaset är återanvänt från det kyrkorum som en gång funnits på platsen men väggpartierna gör lokalen oflexibel och svårmöblerad samt hindrar till viss del framkommligheten för personer som förflyttar sig med hjälp av rullstol eller rollator.

Vigs Ängar

(Husberg et al., 2007)

Vigs Ängar är ett särskilt boende för äldre i Köpingebro som är ritat av Lillemor Husberg, Husberg Arkitektkontor AB. Boendet ligger med en vacker utsikt över Nybroåns dalgång. Det öppnades 1995 och ägs av Ystad Kommuns fastighetskontor. Det drivs på entrepenad av ett dotterbolag till Husberg arkitektkontor AB, på uppdrag av socialnämnden i Ystad kommun som ansvarar för beläggning av 32-36 platser. De boende betalar hyra till fastighetskontoret och mat och omsorg till socialförvaltningen.

Boendet är uppdelat i tre olika gruppenheter där en del är inriktat på boende för personer med demens. I byggnaden finns det två vardagsrum med öppna spisar och tillhörande ”bondkök” samt ett provisoriskt vardagsrum som egentligen var tänkt som bibliotek. Bostäderna ligger runt två gårdar. Lägenheterna ligger som radhus i ytterkant ut mot den fria naturen, alla med egna uteplatser. De mer offentliga lokalerna (samlingssal, café/restaurang samt ett bad) ligger runt en mindre innergård i anslutning till entrén. En del av programmet på boendet riktar sig även till allmänheten. Alla som vill besöka Vigs Ängar ska känna sig välkomna.

Projektet startade 1990 i och med att arkitekten Lillemor Husberg träffade en grupp antroposofer som hade väckt tankar i Ystad kommun på att starta ett äldreboende.

Lillemors drivkraft

Lillemor beskriver avsaknaden av en sammanhållande kraft i byggprocessen och har därför själv arbetat för att skapa och ta på sig den rollen. Hon beskriver sin erfarenhet och upplevelse redan från studieperioden av att drivande krafter inom arkitektvärden och byggbranschen gärna vill stycka sönder helheten och endast förhålla sig till avgränsade delar av arkitekturen. Hon beskriver också sin känsla av en allmän uppfattning om att arkitektur bäst skapas utifrån objektiva vedertagna metoder utan anpassning till det specifika projektet. Lillemors sätt att arbeta och förhålla sig till arkitektur är raka motsatsen till det nyss beskrivna förhållningssättet. Som arkitekt har Lillemor en gedigen meritlista och yrkesbakgrund med erfarenhet inom många olika områden. En förutsättning som hon lyfter fram, för att gå sin egen väg och skapa arkitektur utifrån ett mänskligt helhetsperspektiv, är att våga tro på sig själv, stå på sig och orka gå hela vägen, något som hennes bakgrund bekräftar att hon gjort. Hon påpekar också att det är viktigt att ha ett brett kontaktnät, se sina begränsningar och vid behov kunna be om hjälp. Byggherre, exploatör, arkitekt och projektledare är några av de roller Lillemor tagit på sig under tillblivelsen av Vigs Ängar.

Hon tror att det varit det enda sättet för att kunna löpa linan ut och hålla ihop projektet.

Lillemors mål

Lillemors mål var att skapa ett äldreboende där hon själv vill bo, för att bidra till en mångfald av levande miljöer och skapa visioner kring nya sätt att leva på. Utgångspunkten är tron på magkänslan, att andra också vill ha det som man själv vill ha. Hon ville skapa ett boende som man kan planera sig till med det liv man vill ha medan man kan bestämma själv och orkar förändra. Att bo tillsammans eller nära dem vi delar samma intressen som, i en trygg och lustfylld tillvaro är Lillemors definition av de goda åldrandet. Hon önskar att arkitekten utvecklar en mer ödmjuk roll med medkänsla och empati. Lillemor har en stark övertygelse om att en personlig identifikation i kombination med objektivitet utgör grunden för ett humanistiskt förhållningssätt och att ett humanistiskt förhållningssätt bidrar till att skapa empatiska miljöer som är professionellt utformade vilket får oss att må bra.

Verksamheten

All personal som arbetar på Vigs Ängar har sökt sig dit frivilligt för att de vill arbeta där. Alla har fått gå utbildning i det antroposofiska förhållningssättet. Det finns ingen skarp uppdelning vem som gör vad och när utan det viktiga är att skapa ett naturligt flöde och harmonisk helhet, egna initiativ uppmuntras och man gör det som behöver göras och är viktigt här och nu för de boende. Som boende bestämmer man själv hur man vill leva sitt liv. Man bestämmer själv när man vill stiga upp på morgonen och när man vill lägga sig, var och när man vill äta sin frukost. Lunch och middag serveras på bestämda tider. Det gäller att passa på och fånga stunderna när de infaller för att väcka nyfikenhet och locka till lusten att leva. Att känna glädje, ha roligt och få skratta är otroligt viktigt. Kulturen och betydelsen av det konstnärliga för stimulans av våra sinnen är något som lyfts fram. Mat, massage, bad, hantverk, målning, musik, trädgård, husdjur är exempel på inslag i det dagliga livet på Vigs Ängar. All mat lagas från grunden med ekologiska råvaror. Varken som boende eller personal behöver man vara antroposof, men andan skall vara antroposofisk vilket innebär att man ser varje människa som unik med ett individuellt jag i ständig utveckling.

Den antroposofiska livsåskådningen

Det antroposofiska sällskapet bildades 1912 av den österrikaren Rudolf Steiner, filosof och naturvetare. Anthropos härstammar från det grekiska ordet för människa och sophia står för vishet. Antroposofin förenar naturvetenskapen med tron på en andlig verklighet. Människan ses som en del av ett större kretslopp av energiflöden. Ett antroposofiskt förhållningssätt vilar på kunskapen om och respekten

form, färg och rytmisk rörelse påverkar oss och dessa teorier tillämpas inom områdena konst, pedagogik, odling och vård. Antroposofin har varit en inspirationskälla, kraftkälla och utgjort en gemensam värdegrund för projektet.

Arkitekturen

Målet var ett levande hus med många mötesplatser. Arkitekturen ska inspirera till att göra saker tillsammans. De som använder huset skall känna sig hemma, såväl boende som anställda. En stark vision har hjälpt till att hitta lösningar. Lillemor tror på gränsöverskridande och inte slaviskt anpassa sig efter alla regler. Hon uttrycker att skapande måste utgå från både hjärta och hjärna. Utgångspunkten är en tydligt formulerad vision i kombination med en utförlig lista över alla tänkbara krav inom alla områden som t ex ekonomi, miljömedvetenhet, tillgänglighet, funktionalitet och estetik. Målet har varit en sammanhållen helhet där vandringen bjuder på variation, lustfyllda överraskningar, stimulans för alla sinnen för att lockas att vara här och nu. För att skapa ett optimerat, levande boende är byggnaden planerad med överlagrade funktioner utan onödiga ytor. Form, färg och volym varierar men skapar en harmonisk helhet. Utgångspunkten har varit de boende för att skapa en mänsklig byggnad med lugna, avstressande miljöer och inte bara rationellt utformat efter personalens önskemål. En trivsam välfungerande arbetsmiljö för de anställda har också varit viktigt för mår personalen bra och kan utföra ett bra arbete så mår även de boende bra. En helhet skapas genom att ha samma lösningstrategi för alla detaljer och ingående delar.

Ett varierat och omsorgsfullt planerat ljus genomsyrar hela byggnaden, dagsljus, glödljus, öppna spisar, stearinljus och även lysrör har används välregisserat och på utvalda platser. Friheten att kunna välja olika vägar i byggnaden har varit en annan viktig utgångspunkt. Byggnaden ska vara en plats där alla känner sig hemma.

Miljötänk

Det är en resurssnål anläggning utifrån ekologiskt byggande. Naturliga material och färger har används. Energibesparande åtgärder har vidtagits, exempel på det är golvvärmen med värmeväxlare som utnyttjar grundvattnet och duschar med vattensnål teknik. Det ekologiska kretsloppet är optimerat utifrån avfall, avlopp, odling och uppvärmning. Detta är en självklar del utifrån det antroposofiska förhållningssättet där respekt och omtanke för allt runt omkring oss är central.

Varför Vigs Ängar

En åldrande befolkning ökar trycket på äldrevården. Det har under en längre tid varit stort fokus på att äldre skall bo kvar hemma och vårdas i

hemmet. 2005 publicerade socialstyrelsen en undersökning som visade att det fanns ett behov av social samvaro, tillsyn, rehabilitering, hemskötsel av äldre. Kommuner satsar mycket på att bygga senioranpassade bostäder men inte särskilda boenden. De som ändå byggs är rationella, sterila, monotona och inte särskilt mänskliga härliga miljöer. Men Vigs Ängar är ett undantag! Det har uppmärksammats av de flesta svenska kommuner och även internationellt. Många studiebesök har gjorts. År 2000 hamnade boendet på FNs lista över världens just nu mest intressanta sociala byggnadsverk. Det finns forskning som visar att äldre mår bra på Vigs Ängar och personalen trivs och stannar kvar.

Vigs Ängar

Mitt besök på Vigs Ängar

Jag kontaktar Vigs Ängar för att fråga om bildmaterial att använda som referensmaterial i mitt arbete. René som är koordinator på Vigs Ängar, är positiv till mitt arbete och tycker att jag ska ringa arkitekten, Lillemor Husberg, hon ger mig hennes mobiltelefonnummer. Lillemor vill gärna hjälpa mig. Hon tycker dock att det bästa vore om jag själv kommer ner till Vigs Ängar, bor där några dagar, träffar de boende och personalen för att själv bilda mig en egen uppfattning.

17/4, 2012

Vid ankomsten till Vigs Ängar möter René upp och hälsar välkommen. Lillemor har låtit hälsa att jag ska få ett exemplar av boken Gammal och fri, som berättar om Vigs Ängar.

Aktivitetsfrämjande kvaliteér i den fysiska miljön beskrivna utifrån olika delar av verktyget

Del 4: Insikten om att det krävs en samlad bild av arkitekturen och hur den används av de boende och personalen speglar ett aktivitetsfrämjande förhållningssätt utifrån ett helhetsperspektiv.

Vigs Ängar

Jag visas till demensboendet på gul avdelning där Elisabeth som jag ska följa med idag möter upp. Det är en lite speciell eftermiddag på boendet eftersom det idag har flyttat in en ny herre som inte riktigt har funnit sig till rätta ännu och därför är lite orolig, något som verkar smitta av sig även på några andra av de boende. Personalen präglas av lugn, trygghet och vänlighet. Efter en stund samlas de boende och personalen i vardagsrummet för lite eftermiddagsfika. Vardagsrummet är ljust och öppet med stora glasdörrar ut mot innergården. I vardagsrummet finns en öppen spis, ett piano, soffor, fåtöljer och soffbord samt runda matbord med vackra trästolar. Ett öppet valv förbinder vardagsrummet med ett litet kök där innertaket är lägre vilket bidrar till variation och en intimare känsla. Lampor i tyg och trä hänger över borden och pryder väggarna. Den nyinflyttade herren kommenterar plötsligt att det står ett piano i rummet. Elisabeth plockar fram några väl använda sånghäften och börjar spela. En efter en av de boende och personalen stämmer in i sången, en glädjefull härlig känsla sprider sig i rummet och all oro är som bortblåst. Några av de boende sitter i vardagsrummet i sina rullstolar, blundar och vilar sig. På soffan ligger två katter och spinner. Till kvällsmat serveras hemlagad potatissallad med rostbiff och det smakar mycket gott. Elisabeth hjälper en av de boende att äta men märker att maten inte riktigt verkar smaka. Hon går till kylskåpet och vispar upp lite vaniljvisp, blandar i hallor och banan och mixar. Nu äter den boende med god aptit. Samtalet flyter på.

dörrar innergård

vardagsrum

Aktivitetsfrämjande kvalitéer i den fysiska miljön beskrivna utifrån olika delar av verktyget

Del 1: Programmet i vardagsrummet består bland annat av måltiden, socialt umgänge, sång och målning men anpassas kontinuerligt efter de boendes behov och förutsättningar. Programmet stödjer seniorens vilja att tillgodose grundläggande behov, stimulera sinnena och skapar utrymmen för socialt umgänge.

Del 2: Vardagsrummet ligger med en stor öppning mot det centrala kommunikationsstråket på avdelningen. Det är enkelt att orientera sig och ta sig hit vilket stödjer vanan att ta sig hit.

Del 3: Med en tydlig entré till rummet och på motstående sida av rummet en stor glasad dörr ut mot en grön innergård är det lätt att läsa miljön och att vara orienterad till tid och rum. Rummet är luftigt med plana golv utan trösklar vilket gör det fysiskt tillgängligt.

Del 4: Den generella utformningen av rummet och möbleringen gör det enkelt att ändra och anpassa miljön till olika aktiviteter.

Personalens sätt att se de olika individerna genom att tillgodose deras behov utifrån individuella förutsättningar, ta tillvara på varje boendes resurser och främja de individuella intresserna vittnar om ett aktivitetsfrämjande förhållningssätt vilket genomsyrar arkitektur, organisation och verksamhet.

samlingssal

pool

18/4, 2012

Det har varit en bra dag i vardagsrummet på blå sida av boendet, det har samtalats, varit högläsning, justerats på en rullstol och gångtränats. På onsdag eftermiddag ringer arkitektenLillemor. Hon frågar hur jag har det och när jag ska åka hem. Hon säger att hon gärna skulle vilja träffa mig om hon hinner hit innan mitt tåg går imorgon. Vi fortsätter att prata om vad som är viktiga kvaliteer i ett boende och om vikten att våga tro på sin magkänsla. Vi avslutar samtalet med att bestämma att hon ska ringa mig imorgon och ge besked om hon hinner träffa mig innan jag åker eller inte.

Aktivitetsfrämjande kvalitéer i den fysiska miljön beskrivna utifrån olika delar av verktyget

Del 4: Magkänslan som miljön på Vigs Ängar ger är att boendet präglas av ett aktivitetsfrämjande förhållningssätt som stödjs av arkitektur, organisation och verksamhet.

vardagsrum

19/4, 2012

Idag ska jag vara i lägenheterna på grön avdelning. Alla lägenheterna har utsikt mot naturen med egna uteplatser. Lägenheterna har välkomnande entreér och gott om plats att hänga av sig på. Takhöjden är lägre i entrén än i övriga lägenheten. Badrummen är funktionella med väl tilltagna mått. I tvårumslägenheten har badrummet dörrar från både vardagsrum och sovrum. I köket är det fritt benutrymme under arbetsbänkarna och det finns både lägre och lite högre arbetsbänkar. Micro och ugn är placerade så att de är lätta att använda både som stående och sittande. En liten rundad uppfällbar bänkskiva i trä finns i alla kök. Fönstersättningen är varierad och anpassad efter både den inre och yttre miljön. Intill sängen finns ett mindre fönster placerat lite lägre än vanligt för att ge god utsikt från liggande i sängen. I vardagsrumsdelen finns stora fönster och glasdörrar som går ända ner till golv och vetter ut mot den egna stenbelagda uteplatsen som omges av träd, buskar, rabatter och blomsterkrukor. Väggarna inne i lägenheten är målade i varma och milda färger. De flesta fasta inredningsdetaljer är i trä. Golvet är belagt med en linoliummatta i en varm beige ton. Vardagsrumsdelen framhävs med en varmröd kontrastmarkering i mattan. Alla dörrar är i trä och målade i en mild blågrå ton. Innertaket är som lägst mot ytterfasaden och sluttar uppåt, innåt i lägenheten, vilket ger en känsla av rymd utan att göra avkall på det privata i lägenheten.Trots att de är kort om personal idag med

innergård blå

innergård liten

mycket att göra, gör de sitt allra yttersta för att möta varje boende utifrån dennes vilja, vanor och förutsättningar. Någon vill äta sin frukost och läsa tidningen ute på sin uteplats. En annan boende vill ha bröd med ost och tomat grillad i ugnen till frukost. Ytterligare en annan är extra trött idag och vill gärna ligga kvar i sängen lite till. Under morgonbestyren flyter samtalen obehindrat mellan personalen och de boende.

Aktivitetsfrämjande kvaliteér i den fysiska miljön beskrivna utifrån olika delar av verktyget

Del 1: Lägenhetens rum syftar till att tillgodose alla basala behov, det centrala vardagsrummet främjar framförallt socialt umgänge, alla viktiga kvalitéer för senioren i ett boende.

Del 2: Det nära sambandet med, öppenheten gentemot och tillgängligheten till uteplatsen främjar vanan att gå ut.

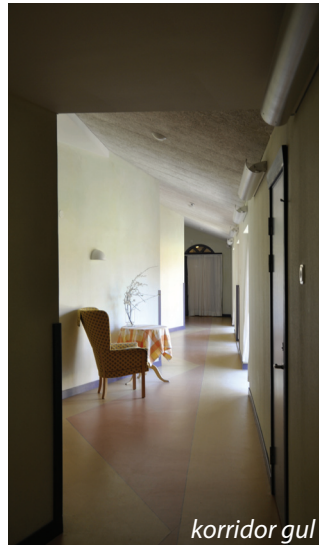
Del 3: Den fysiska tillgängligheten är god med öppna plana ytor, breda dörrar utan trösklar. varierande höjd på arbetsbänkar med fritt benutrymme. Stora glaspartier för genomsikt från både liggande, sittande och stående. Orienterbarheten är god med en tydlig entré och genomsikt från entré genom lägenheten och ut på uteplatsen. Material ljus och grönska stimulerar sinnerna.

Del 4: Miljön främjar möjligheten att utföra aktiviteter på egna villkor och speglar ett aktivitetsfrämjande förhållningssätt.

uteplats

entrédörr lgh

korridor grön


korridor gul

Klockan är 11.30 och det börjar bli dags att göra mig redo för att bege mig hemåt igen. Jag tackar för mig, hämtar mina saker och går mot restaurangen för att betala för den goda maten som serverats under min vistelse. Vid restaurangen står Lillemor, hon har precis kommit och har skyndat sig för att vi ska hinna träffas. Hon möter upp och hälsar med en stor kram, hon frågar om vi hinner sätta oss i restaurangen och prata en stund innan tåget går. Hon hämtar varsitt äpple och vi slår oss ner vid ett bord. Lillemor kommer upprepade gånger tillbaka till att hon vill stötta mig. Jag tackar för boken jag har fått och frågar om hon kan sammanfatta vad hon tycker är det allra viktigaste hon har velat åstadkomma med Vigs Ängar, hon tänker en kort sekund och svara frihet!

Livet på Vigs ängar utgår från människorna som bor och arbetar här, de boendes vilja, vanor och förutsättningar står i centrum och samspelar väl med en väl anpassad, omsorgsfullt utformad miljö. Personalen präglas av medmänsklighet och gör allt för att på bästa sätt stödja varje individ att leva ett självvalt liv med stor livskvalité.

restaurangen

entrérum

Inzoomad illustration -Vigs Ängars vardagsrum

Följande illustration syftar till att inzoomat beskriva hur informationen utifrån verktygets olika delar kan manifesteras i den fysiska miljön.

Illustrationen är uppbyggd enligt följande:

- Aktuell del i verktyg beskrivs teoretisk.
- Information om målgruppen utifrån aktuellt del presenteras.
- Foton av Vigs Ängars vardagsrum illustrerar hur information om målgruppen kan manifesteras i den fysiska miljön.

Verktyg, del 1

Kriterier för målgruppens vilja att utföra en aktivitet ligger till grund för formulering av aktivitetsprogram.

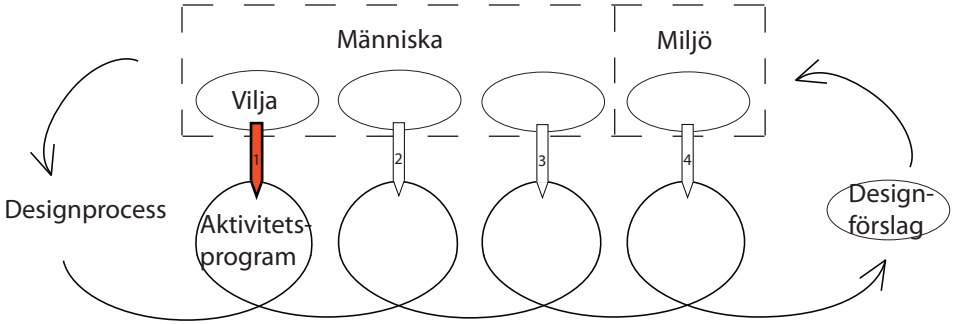


Illustration verktyg, del 1. Att känna sig kapabel att utföra en aktivitet, att aktiviteten känns viktig och glädjefull är avgörande för att vilja utföra aktiviteten. Aktivitetsprogrammet utgör ett steg i designprocessen som kan formuleras med stöd av vad som främjar den boendes vilja.

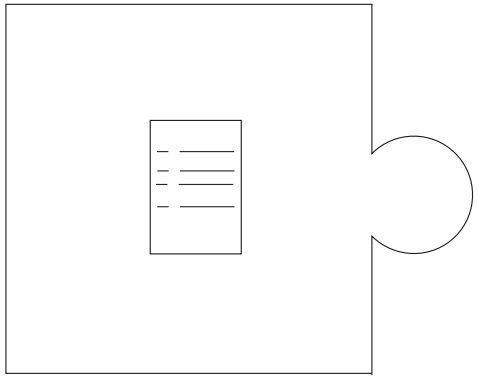
Aktivitetsprogrammet för vardagsrummet utifrån seniorens vilja utgörs i huvudsak av måltiden och social samvaro

Att den boende tycker att måltiden och social samvaro är viktigt, känner sig kapabel att delta i dessa aktiviteter och upplever det som glädjefullt att delta stärker sammantaget den boendes vilja att delta i aktiviteterna.

Det stående aktivitetsprogrammet för vardagsrummet utgörs av måltiden och socialt umgänge. Dessa aktiviteter utgör två grundläggande behov som den boende tycker är viktigt att boendet tillgodoser.

Både måltiden och socialt umgänge går att anpassa efter individuella behov och förutsättningar vilket gör att alla kan känna sig kapabla att delta i aktiviteterna. Att delta i måltiden kan innebära att vara med och förbereda den, äta självständigt eller få hjälp med att äta.
Att vara en del av den sociala samvaron kan innebära att aktivt leda aktiviteten, delta i aktiviteten, eller betrakta aktiviteten.

Måltiden och den sociala samvaron syftar förutom att tillgodose basala behov även till att sätta guldkant på tillvaron och utgöra en källa till glädje.



Aktivitetsprogram. Det huvudsakliga aktivitetsprogrammet för vardagsrummet utgörs av måltiden och social samvaro. Denna del av verktyget formulerar endast programmet. Direkt inverkan på den fysiska miljön sker först i kommande delar av verktyget.

Verktyg, del 2:

Hur olika strukturer påverkar målgruppens vanor ligger till grund för formulering av aktivitetssamband.

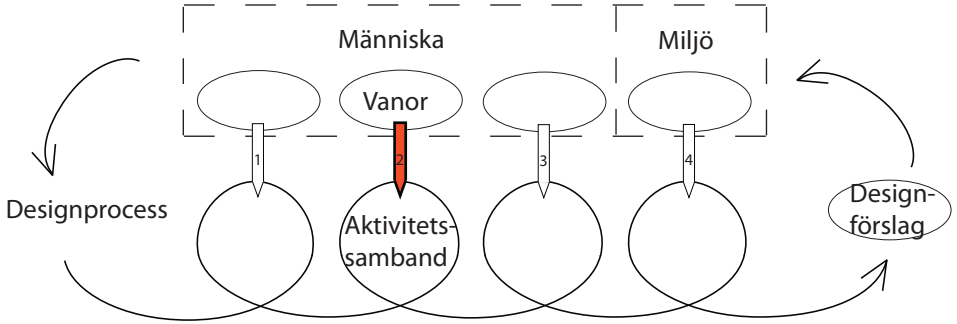


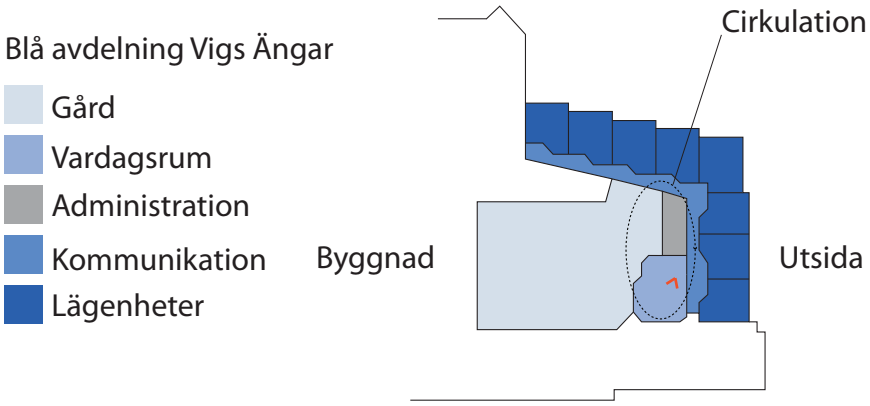
Illustration verktyg, del 2. Den boendes vanor kan främjas med hjälp av stödjande fysiska strukturer, sociala strukturer och tidsbundna strukturer.
Aktivitetssamband utgör ett steg i designprocessen som kan formuleras med stöd av vilka strukturer som påverkar den boendes vanor.

Aktivitetssamband för vardagsrummet som stärker den boendes vana att besöka vardagsrummet utgörs utav:

Den visuella kontakten, närheten och tillgängligheten till innergården och det centrala kommunikationsstråket.

Samtliga strukturer som stärker den boendes vana att besöka vardagsrummet:

Fysiska strukturer:
Vardagsrummet ligger med en stor öppning mot det centrala kommunikationsstråket på avdelningen. Det är enkelt att orientera sig och ta sig dit. Det ligger också med en stor glasad entré mot innergården. Den fysiska strukturen stödjer vanan att besöka vardagsrummet.
Sociala strukturer:
Vardagsrummet är det centrala gemensamma utrymmet på avdelningen där alla boendena träffas vilket stärker de sociala strukturerna och stödjer vanan att besöka vardagsrummet.
Tidsbundna mönster:
De boende bestämmer själva när de vill stiga upp på morgonen och var de vill äta sin frukost men lunch och middag serveras i vardagsrummet på bestämda tider vilket stödjer vanan att besöka vardagsrummet.



Aktivitetssamband. Den visuella kontakten, närheten och tillgängligheten till innergården och det centrala kommunikationsstråket stärker den boendes vana att besöka vardagsrummet.

Verktyg, del 3:
Målgruppens utförandekapacitet utgörs av kroppen, hjärnan och sinnenas förutsättningar i kombination med den subjektiva upplevelsen utifrån vilja och vanor. Utförandekapaciteten ligger till grund för en tillgänglig utformning av miljön

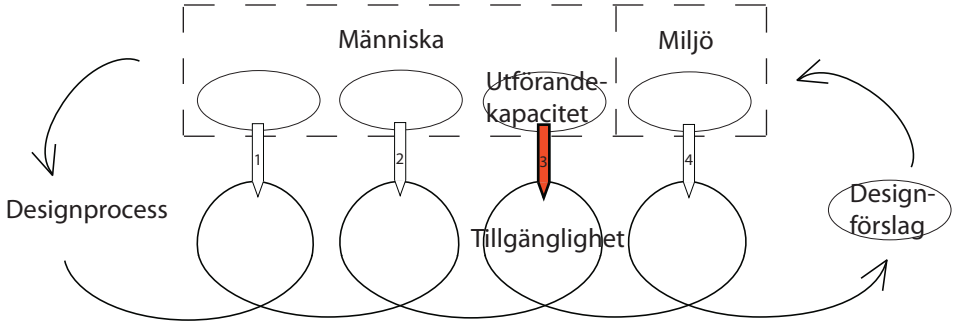


Illustration verktyg, del 3.
Den boendes utförandekapacitet kan stödjas av den fysiska miljöns utformning, val av aktivitetsprogram och formulering av aktivitetssamband.
Tillgänglighet utgör en del av designprocessen som kan formuleras utifrån vad som påverkas den boendes utförandekapacitet.

Tillgängligheten i vardagsrummet anpassad efter den boendes utförandekapacitet utgörs utav:

Läsbarhet och orienterbarhet:
Med en tydlig entré till rummet från den centrala kommunikationen och på motstående sida en stor glasad dörr ut mot en grön innergård är det lätt att läsa miljön och vara orienterad till tid och rum.

Fysisk tillgänglighet:
Rummet är luftigt med plana golv utan trösklar vilket gör det fysiskt tillgängligt. Köket har arbetsbänkar med varierande höjd och fritt benutrymme.

Stimulans av sinnen:
Varierade ljuskällor i form av glödljus, stearinljus och dagsljus i kombination med trägolv och trämöbler som är ett varmt taktilt material och utsikten mot de gröna innergårdarna ger stimulans för sinnena.

↑ Läsbarhet och orienterbarhet.
Rummet är öppet och luftigt utformat. Hela rummet kan överblickas från alla delar av rummet. De stora glaspartierna mot gården ger information om rummets förhållande till utsidan, ungefärlig tidpunkt på dagen, årstid och väder.

Fysisk tillgänglighet. →
Alla dörröppningar in till vardagsrummet är breda och utan trösklar. Arbetsbänkar i köket är planerade i olika höjder med fritt benutrymme. Borden i vardagsrummet har också fritt benutrymme och är placerade med mycket luft mellan för god framkommlighet.

Stimulans av sinnen. Vardagsrummet har många olika ljuskällor. Genomgående används glödljus med lampskärmar i benvitt tyg. Det ger ett varmt mjukt ljus. Detaljerna är utformade i trä.

Stearinljus och dagsljus i form av direktinstrålning och släpljus kompletterar glödljuset.

Verktyg, del 4:
Målgruppens sociokulturella miljö utgörs av den sociala, ekonomiska och politiska plattformen som målgruppen omges av. Den sociokulturella miljön ligger till grund för formulering av förhållningssätt.

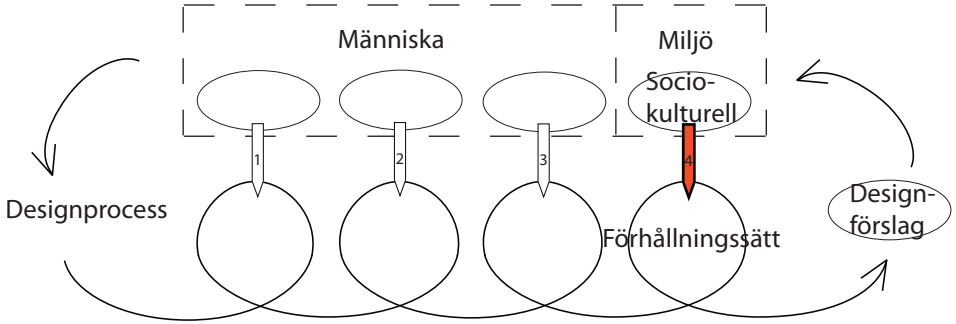
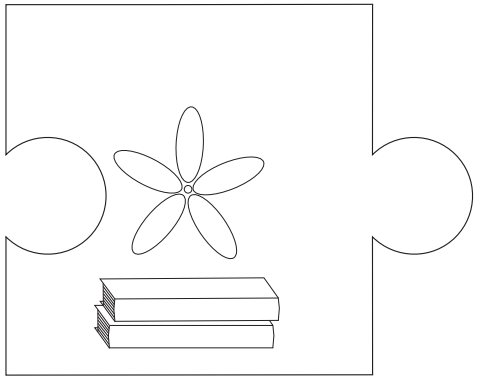


Illustration verktyg, del 4.
Den boendes sociokulturella miljö kan påverkas genom ett medvetet genomgående förhållningssätt som präglar arkitektur, organisation och verksamhet.
Förhållningssätt utgör en del av designprocessen och kan formuleras med stöd av den boendes sociokulturella miljö.



Förhållningssätt. Ett aktivitetsfrämjande förhållningssätt utgör grunden för utformningen av vardagsrummet. Denna del av verktyget formulerar ett övergripande förhållningssätt. Direkt inverkan på den fysiska miljön sker utifrån övriga delar av verktyget.

Analys Vigs Ängar

Människan i samspel med miljön utgör grunden för mänskligt aktivitetsutförande. (Kielhofner, 2008)

Människan
Det mänskliga systemet utgörs av vilja vanor och utförandekapacitet där:

Vilja är beroende av:
Den egna upplevelsen av att vara kapabel.
Den egna upplevelsen av att det man gör är av värde.
Den egna upplevelsen av att känna tillfredsställelse och glädje.
(Kielhofner, 2008)

Personalen på Vigs Ängar är bra på att se när tillfällen erbjuds, och ta till vara på dem, för att stärka de boende i vilka de är och vad de kan och glädjs åt och använda den kompetensen i det dagliga livet.
Några exempel:
Det är eftermiddag och vi alla sitter samlade i vardagsrummet efter att ha druckit lite kaffe tillsammans. Det är avslappnat tyst i rummet och flera av oss sitter och tittar ut på den blåa himlen genom det vackra takfönstret. Plötsligt uttrycker en av de boende att det är färger, ljus och former. Mannen har demens och har därför svårt att formulera hela långa meningar. Personalen snappar upp tillfället och lägger armen om mannens axlar och fortsätter samtalet. Du är duktig på färger, ljus och former. Du har ju målat många tavlor i ditt liv, och de är så vackra! Jag har varit på flera av dina utställningar, jag tror du var långt före din tid i ditt sätt att måla, de är väldigt moderna idag. Mannen fortsätter länge att prata om olika färger, former och ljus och det syns att han finner stor tillfredsställelse och glädje i det.

Jag knackar på hos en av de boende för att fråga om hon vill följa med ut till vardagsrummet och lyssna när jag läser högt ur en tidningsartikel, en artikel om Titanic på 100-års dagen sedan det sjönk, det vill hon gärna. Hon sitter och virkar på en grytlapp i rosa och vitt när jag kommer in och vill gärna visa mig vad hon gör. Damen berättar att hon virkar den åt någon annan som har bett henne göra det. Hon är märkbart nöjd med den och verkar tycka mycket om att virka. Jag lägger märke till att det ligger många fint vikta servetter i högar på hennes köksbord, vi går ut till vardagsrummet och jag tänker inte mer på det just då. Innan eftermiddagskaffet hör jag en i personalen säga till den boende att hon hämtat servetterna och dukat med dem i vardagsrummet och att hon gärna får vika fler när hon känner för det och har tid. Den boende frågar om det var några ovikta kvar och säger att hon i så fall vill att de lämnar dem på hennes rum för hon vill gärna

avsluta det hon påbörjat.

Vanor främjas av:
Tidsrelaterade mönster som upprepar sig i det dagliga livet.
Sociala mönster som upprepar sig i det dagliga livet.
Fysiska strukturer som upprepar sig i det dagliga livet.
(Kielhofner, 2008)

Det erbjuds måltider och fika ofta och regelbundet vilket ger de boende många möjligheter under dagen att komma ut till vardagsrummet och fika och äta tillsammans. De boende har sina platser vid de bord där de brukar sitta, bredvid de personer de brukar sitta vilket skapar en grundtrygghet. Den goda tillgängligheten gör det möjligt för de flesta att själva förflytta sig obehindrat runt i boendet. Den fysiska stukturen gör vardagsrummet till en självklar samlingsplats. Det självklara sambandet mellan köksdelen och matplatsdelen i vardagsrummet främjar social samvaro och samtal. Närheten till naturen och dagsljuset gör det enkelt att följa dagsrytmen och känna sig närvarande på platsen. Den fysiska miljön i vardagsrummet har en grundläggande struktur men som förändras lite under dagen och veckan, t ex genom att många stearinljus tänds på morgonen och till helgen används andra dukar och servetter. Miljön är utformad på ett sätt som ger en rofull behaglig stimulans av alla sinnen.

Alla av de boende som jag pratar med säger att de trivs bra med livet på Vigs Ängar. Några av de boende önskar dock att de kunde komma ut i naturen och den friska luften lite mer och att det hände lite mer, att det fanns möjlighet till lite mer aktiviteter under dagen. Det finns mycket vilja och livslust hos de boende på Vigs Ängar och ett öppet klimat som uppmuntrar de boende att uttrycka sin egen vilja och sina önskemål.

Utförandekapaciteten utgörs av:
Egna fysiska förutsättningar utifrån kropp, sinnen och hjärna i kombination med egna upplevelser utifrån vilja och vanor.
(Kielhofner, 2008)

Den del av utförandekapaciteten som rör förutsättningar utifrån kropp, sinne och hjärna tillgodoses av de regler och riktlinjer som finns för tillgänglighet i den byggda miljön och dessa riktlinjer uppfylls mer än väl på Vigs ängar. Det är god tillgänglighet och enkelt för de boende som sitter i rullstol eller går med rollator att själva förflytta sig runt i boendet, i sina lägenheter, i gemensamma utrymmen, på egna uteplatser och på innergårdarna. Stimulering finns för alla sinnen i form av vackra färger, former, närhet till natur, varierade ljuskällor, mycket dagsljus, klockspel,

taktila material samt en lättförstålig och orienterbar miljö.

Miljön
Miljön utgörs utav den sociokulturella och fysiska miljön.
(Kielhofner, 2008)

Sociokulturell
Egna sociala och kulturella sammanhang.

Den mest påtagliga känslan på Vigs Ängar är att det är en personlig och tillåtande miljö. Samtalen snuddar ofta vid miljöer, människor och händelser med anknytning till trakten, samtidigt blandas samtalen med händelser ute i världen, personliga intressen och erfarenheter av blandad karaktär. Samtalen flyter obehindrat mellan personalen och de boende, det görs ingen skillnad på vem man är och varför man är där.

Fysisk miljö -rumsliga strukturer
De fysiska strukturerna karaktäriseras av frihet och tillgänglighet och tydlighet vilket skapar självständighet, gemenskap och delaktighet samt bidrar till en rofylld sinnesnärvaro.
Mjuka flöden, tydliga riktningar, siktlinjer rakt igenom byggnaden, rum i rummen i form av skiftande takhöjder och vinklar, vinklade nischer vid dörrar, stor närhet till naturen, varierat ljusinsläpp, självklara samlingspunkter, rundgångar i vardagsrummen, enskilt, gemensamt, levande material, varma, levande färger. En enhetlig helhet som på ett naturligt och självklart sätt flödar fram.

Fysisk miljö -objekt
Till arkitekturen följsamt och omsorgsfullt formade detaljer i material, färg, form för för en sinnesstimulerande, rofylld miljö. Några exempel på detaljer är träportiken över lägenhetsdörrarna, de rundade uppfällbara borden i köksdelen i varje lägenhet, de vackra lamporna i trä och tyg i olika utförande som ger ett mjukt behagligt ljus, de öppna spisarna i alla vardagsrum.

Jämförande analys

Tre Stiftelsers äldreboenden och Vigs Ängars äldreboende jämförs.

Tre Stiftelser
Tre Stiftelsers salutogena perspektiv har legat till grund för utformning av organisation och verksamhet.

Tre Stiftelsers salutogena perspektivet har därmed varit med och utformat aktivitetsprogram och förhållningssätt på boenderna.

Aktivitetsprogram och förhållningssätt stödjer de boendes aktivitetsutförande.

Tre Stiftelser uppfyller de krav som ställs utifrån gällande riktlinjer och regelverk angående tillgänglighet i den byggda miljön.

Men tillgänglighet utifrån utförandekapacitet kräver att både aktivitetsprogram och aktivitetssamband stödjer aktivitetsutförandet.

Alla byggnader som ingår i boendet har inte från början planerats för verksamheten och har därmed inte haft det salutogena perspektivet som utgångspunkt.

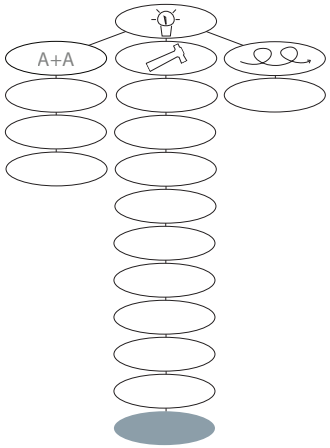
Som en konsekvens stödjer inte aktivitetssambanden vanan att ta del av aktivitetsutbudet och därmed uppfylls inte full tillgänglighet utifrån de boendes utförandekapacitet.

Vigs Ängar
Vigs Ängars antroposofiska perspektiv har legat till grund för utformning av arkitektur, organisation och verksamhet.

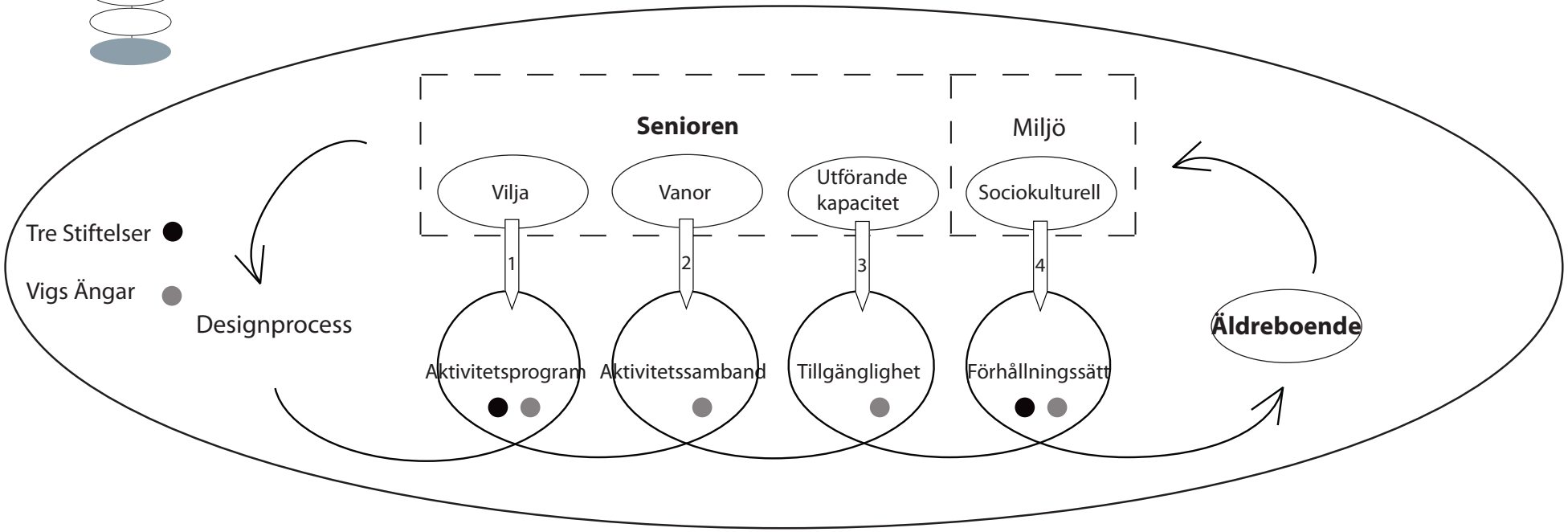
Vigs Ängars antroposofiska perspektiv har därmed varit med och utformat aktivitetsprogram, aktivitetssamband, tillgänglighet och förhållningssätt på boenderna.

Aktivitetsprogram, aktivitetssamband, tillgänglighet och förhållningssätt stödjer de boendes aktivitetstförande.

Slutsatsen av jämförelsen mellan Tre Stiftelser och Vigs Ängar
Ett helhetsperpektiv till grund för arkitektur, organisation och verksamhet främjar de boendes aktivitetsutförande i större utsträckning än ett perspektiv som endast ligger till grund för utformning av organisation och verksamhet.



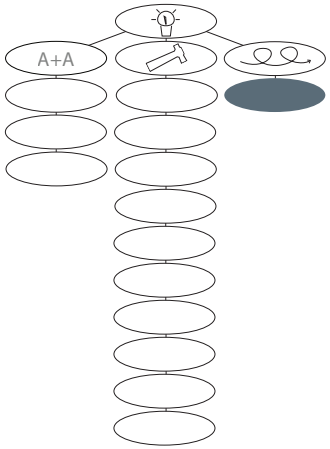
Tillämpning referensmiljöer



Analys utifrån utvecklat verktyg visar att Tre Stiftelsers dåliga aktivitetssamband försämrar tillgängligheten och därmed inte stödjer de boendes aktivitetsutförande fullt ut, medan Vigs Ängars äldreboende stödjer de boendes aktivitetsutförande i varje del av utvecklat verktyg. Skillnaden beror på att Vigs Ängar har utgått från ett helhetsperspektiv till grund för arkitektur, organisation och verksamhet, medan Tre Stiftelsers lokaler inte planerats utifrån samma perspektiv som organisation och verksamhet.

Resultat

- Ett förslag till ett verktyg som representerar aktivitetsperspektivet som en del i designprocessen är resultatet av detta arbete. Designprocess utifrån ett aktivitetsperspektiv samlar in specifik information och organisera den på ett specifikt sätt för att få stöd i att formulera designsvar på olika nivåer och i olika skeden av processen med syfte att främja aktivitetsutförandet för de människor miljön är till för att stödja.
- Verktyget kan också användas för att analysera hur väl befintliga miljöer stödjer aktivitetsutförandet för de personer dessa miljöer är till för att stödja.
- Utvecklat verktyg utifrån aktivitetsperspektivet kan användas som ett gränsobjekt mellan arkitekter och arbetsterapeuter.



Vikten av en helhetssyn

Analys utifrån ett aktivitetsperspektiv visar att ett aktivitetsfrämjande förhållningssätt som genomsyrar arkitektur, organisation och verksamhet ger ett optimalt stöd för det mänskliga livet.

Diskussion

Varför behövs ett verktyg utifrån ett aktivitetsperspektiv i designprocessen?
Arkitektur utgör en plattform för det mänskliga livet och ett aktivitetsperspektiv främjar en design som stödjer det mänskliga livet. Ett verktyg underlättar tillämpningen av ett aktivitetsperspektiv i det praktiska designarbetet. Ett medvetet aktivitetsperspektiv från början förhindrar dåliga kompromisser i slutfasen av ett projekt för att uppnå god tillgänglighet och främja aktivitet.
Jämförelse av de två referensmiljöerna visar att för att främja aktivitetsutförandet fullt ut krävs ett helhetsperspektiv som genomsyrar både arkitektur, verksamhet och organisation. Tre Stiftelsers salutogena perspektiv har inte varit med från början i designprocessen vilket gör att arkitekturen inte stödjer aktivitetsutförandet fullt ut. Vigs ängars antroposofiska perspektiv ligger till grund för utformningen av både arkitektur, verksamhet och organisation vilket skapar en aktivitetsfrämjande miljö utifrån ett helhetsperspektiv.

Hur kan aktivitetsperspektivet bidra till att uppnå social, hälsomässig och ekonomisk hållbarhet?
Ett aktivitetsperspektiv utgår från en helhetsyn på människan där både kropp, hjärna och sinnen i samspel med omvärden ingår.
Ett aktivitetsperspektiv främjar därmed möjligheten att leva ett aktivt liv med ett meningsfullt och lustfyllt innehåll tillsammans med andra i en stödjande miljö. Det bidrar till att människan mår bra och håller sig frisk, aktiv och självständig längre. Människan blir en resurs för sig själv, sina medmänniskor och sin omgivning och bidrar till social, hälsomässig och ekonomisk hållbarhet.

Vad talar för att aktivitetsperspektivet utifrån utvecklat verktyg kan ses som en del av designprocessen?
Ett designmässigt arbetssätt kan beskrivas som en metod att hantera problem genom experiment i en skapad modellvärld. Genom att förhålla sig till ett designförslag utifrån en kombination av förhållningssätt, zooma in och ut mellan de olika förhållningsätten och utifrån respektive förhållningssätt värdera förslaget, så går det att hantera en högre grad av komplexitet än vad som annars är möjligt. I ett vidgat designbegrepp innefattas även designprocessen. (Fröst, 2004)

Aktivitetsperspektivets skapade modellvärld representeras av de fyra stegen utifrån utvecklat verktyg. Experimentet består i att zooma in i de fyra stegen och formulera olika designförslag i syfte att med hjälp av miljöns utformning främja aktivitetsutförandet. Sedan zoomar man ut och testar förslagen utifrån andra perspektiv och uppsatta kriterier i designprocessen. Utifrån analys formuleras nya svar som

alltefterson arbetet fortlöper leder mot ett slutligt designförslag utifrån ett helhetsperspektiv. Aktivitetsperspektivet utgör bara en del av hela designprocessen och följer parallellt med många andra spår.

Vad talar emot att aktivitetsperspektivet utifrån utvecklat verktyg kan ses som en del av designprocessen?
Det som skulle kunna ifrågasätta om aktivitetsperspektivet utifrån utvecklat verktyg kan utgöra en del i desigprocessen är om verktyget ger arkitekten tillräckligt mycket informationen om vad som påverkar människans aktivitetsutförande utan att hamna utanför arkitetens yrkesområde. En avvägning har gjorts under arbetets gång och bedömningen är att verktyget nu tillhandahåller och inhämtar information på rätt nivå användbar för arkitekten.

Vad talar för att aktivitetsperspektivet utifrån utvecklat verktyget kan ses som ett gränsobjekt?
Gränsobjekt är någonting som kan användas för att stödja samarbetet mellan individer med olika kompetenser, intressen och ansvar. Aspekter som kan sägas kännetecknа ett gränsobjekt är: modularitet, abstraktion, anpassning och standardisering.
(Fröst, 2004)

Modularitet innebär att olika perspektiv kan kopplas till olika delar av gränsobjektet. (Fröst, 2004)
Utifrån det utvecklade verktyget har arkitekten starkast koppling till den fysiska byggda miljöns påverkan för mänskligt aktivitetsutförande men kan även relatera till det mänskliga systemet. Arbetsterapeuten däremot har en starkast koppling till det mänskliga systemets inverkan på aktivitetsutförande. I båda professionernas arbetsfält ingår kunskapen om hur människan och miljön samspelar.

Abstraktionen utifrån verktyget i den beskrivna designprocessen kan sägas bestå i att endast aktivitetsperspektivet har lyfts ut och synliggjorts.

Verktygets förmåga till anpassning ligger i att det kan tillämpas i alla designprocesser som syftar till att utforma miljöer där mänskligt aktivitetsutövande av något slag förväntas äga rum.

Standardiseringen vid användandet av verktyget i designprocessen består i att informationsområdet av intresse och tillämpningen av informationen är väl definierat.

Vad talar emot att aktivitetsperspektivet utifrån utvecklat verktyget kan ses som ett gränsobjekt?
Det som kan ifrågasätta om aktivitetsperspektivet utifrån utvecklat

verktyg kan ses som ett gränsobjekt är om bedömningen som gjort i detta arbete är tillräcklig när det gäller hur väl verktyget uppfyller kraven för ett gränsobjekt. Troligtvis krävs att verktyget testas på ett mycket mer standardiserat sätt. Detta arbete bör ses som ett förslag till ett verktyg och vara en utgångspunkt för fortsatt arbete.

Reflektioner efter samtal med Stefan Lundin, arkitekt White, 2012-04-31.
Går det att evidensbasera design och är det meningsfullt?

Stefan är skeptisk med rädsla för att en övertro till en isolerad enskilld företeelse skulle leda till att komplexiteten i designarbetet föringades.

Jag är benägen att hålla med. Aktivitetsperspektivet gör det möjligt att titta på vilka bakomliggande mekanismer som påverkar aktivitetsutförandet. Det ger friare tyglar och möjligheten att tillämpa en designmetodik istället för att applicera färdiga lösingar.

Vad talar för att aktivitetsperspektivet utifrån utvecklat verktyg kan ses som evidensbaserad design?
Evidens baserad design inom vården definieras som beslut fattade utifrån trovärdig forskning för bästa resultat. (McCullough, 2010)
Aktivitetsmodellen som verktyget grundar sig på utgår från 30 års forskning och utveckling inom arbetsterapiområdet.
Helande miljöer inom vården utifrån evidensbaserad design syftar till att hela sinne, kropp, själ utifrån respekt och värdighet.
(McCullough, 2010)

Vilket kan jämföras med aktivitetsperspektivet utifrån verktyget som syftar till att främja aktivitetsutförandet utifrån ifrån vilja, vanor och utförandekapacitet.

Utifrån evidensbaserad design i vårdmiljöer utgår verksamheten ifrån liv, död och sjukdom och byggnaden syftar till att stödja verksamheten.
(McCullough, 2010)

Vilket kan jämföras med aktivitetsperspektivet utifrån utvecklat verktyg som utgår ifrån människan och hennes vilja, vanor och utförandekapacitet och där miljön syftar till att stödja människans aktivitetsutförande.

Vad talar emot att aktivitetsperspektivet utifrån utvecklat verktyg kan ses som evidensbaserad design?
Forskningen till grund för aktivitetsmodellen som ligger till grund för det utvecklade verktyget har inte granskats inom ramen för detta arbete. Det föreslagna verktyget som presenteras i detta arbete har inte

heller testats tillräckligt för att anses vara ett färdigutvecklat verktyg.

Hur har processen varit, har metoden varit lämplig, kunde det gjorts på annat sätt?

Processen har varit krävande och krokig. Detta kunde kanske ha undvikits om syfte, frågeställningar, avgränsningar och metod varit tydligare formulerade i det initiala stadiet. Det har kanske varit nödvändigt utifrån den undersökande utgångspunkt detta arbete haft att genomgå alla steg som ingått i processen till grund för detta arbete. Bedömningen är ändå att resultatet av detta arbete i form av ett föreslaget verktyg kan vara en bra utgångspunkt för fortsatt arbete.

Hur kan arbetet utvecklas?

Arbetet kan med fördel utvecklas genom att det föreslagna verktyget tillämpas i en hel designprocess för att få feedback på dess användbarhet. Arbetet kan med fördel också utvecklas genom att verktyget testas utifrån dess vetenskapliga grund.

Slutsats

- För att främja aktivitetsutförandet fullt ut krävs en helhetsyn utifrån ett aktivitetsperspektiv som genomsyrar arkitektur, organisation och verksamhet.

- Föreslaget verktyg erbjuder en helhetsyn utifrån ett aktivitetsperspektiv och kanpå olika sätt stödja utformning av arkitektur, organisation och verksamhet.

- Aktivitetsperpektivet främjar ett socialt och ekonomiskt hållbart samhälle. Ett aktivitetsperspektiv i designprocessen främjar ett aktivt, meningsfullt och lustfyllt liv. Det främjar hälsan vilket gör att vi håller oss självständiga längre. Vi blir en resurs för oss själva, våra medmänniskor och vår omgivning.

- Det föreslagna verktyget kan ses som en utgångspunkt som kan vidareutvecklas genom fortsatt praktisk tillämpning och grundligare vetenskaplig förankring.

Referenslista

Arvidsson, Gösta, Carlson, Gunnel. Lust till livet. Värnamo: Fälth och Hässler, 2010.

Bo för att leva –Seniorbostäder och trygghetsbostäder. Delbetänkande av Äldreboendedelegationen. Stockholm: Socialdepartementet, Statens offentliga utredningar, 2007. SOU 2007:103.

Boverkets Byggregler BBR. Stockholm: AB Svensk Byggtjänst, 2001.

Center on Human Development and Disability, Clinical Training Unit, University of Washington. Occupational Therapy History. 2009. http://depts.washington.edu/lend/seminars/modules/ot/history.htm (Hämtad 2012-04-30)

Faber, Tobias. Scandinavian Modern Houses – the Spirit of Nordic Light, volume 1, 2nd edition. Copenhagen: Living Architecture Publishing.

Fröst, Peter. Designdialoger i tidiga skeden –arbetssätt och verktyg för kundengagerad arbetsplatsutformning. Diss. Chalmers Tekniska Högskola, Göteborg 2004. Lund, Sverige 2004.

Förbundet Sveriges Arbetsterapeuter. Fakta om arbetsterapi. 2012. http://www.fsa.akademikerhuset.se/Fakta-om-arbetsterapi/ (Hämtad 2012-04-30)

Förbundet Sveriges Arbetsterapeuter. Fakta om arbetsterapi. Vad gör en arbetsterapeut.2012. http://www.fsa.akademikerhuset.se/Fakta-om-arbetsterapi/Vad-gor-en-arbetsterapeut/(Hämtat 210-05-15).

Husberg, Lillemor och Ovesen, Lisa. Gammal och fri. Simrishamn, Ängsblomman, 2007.

Invalidiserade husmödrar kan återföras till ett verksamt liv. Arbetsterpeuten, Nr3(1955)

Invalidlägenheter med egen trädgård. Arbetsterpeuten, Nr9 (1962)

Kielhofner, Gary. Model Of Human Occupation. 4th edition. Baltimore USA: Lippincott Williams & Wilkins, 2008.

Kärnekull, Kerstin. Bygga för seniorer. Stockholm: AB Svensk Byggtjänst 2011.

Köksstudier Funktionsstudier, grundprinciper. Konsumentinstitutet meddelar: 24. Stockholm: Statens institut för konsumentfrågor, 1969.

Mazzarella, Merete. Resa med rabatt. Om konsten att vara pensionär. Stockholm:Forum förlag, 2010.

McCullough, Cynthia. Evidence based design for healthcare facilities. Indianapolis: Sigma Theta Tau International, 2010.

Svensson, Elisabeth. Bygg ikapp handikapp –Att bygga för ökad tillgänglighet och användbarhet för personer med funktionshinder –Kommentar till Boverkets Byggregler BBR. Stockholm: AB Svensk Byggtjänst, 2001.

Utveckling av arbetsterapeutyrket under de senaste 50 åren, Arbetsterapins Svenska historia, Arbetsterapi i framtiden-vision och verklighet. Arbetsterapeuten publicerar sig; nr1,1990.

Verksamheten vid en träningslägenhet. Arbetsterpeuten, Nr4 (1959)